



ब्रह्मचर्य की शक्ति



# ब्रह्मचर्य की शक्ति

स्वामी रामतीर्थ

अरविन्द प्रकाशन, दिल्ली-६

**BRAHMCHARYA KI SHAKTI**  
by SWAMI RAMKIRTH Price : 3.50

---

सम्पादक : ज्योत्सगी गोठुन वर्मा

प्रकाशक : अरविन्द प्रकाशन, पान्थी बाजार, दिल्ली-६

वित्तक : प्रभा १ प्रकाशन, २०४ नावटी बाजार, दिल्ली-६

मुद्रक : जगन्नाथ प्रकाशन-सारे प्रेस, गान्धिमार्ग, जयपुर-२

संस्करण : १६११

मूल्य : तीस रुपये पन्द्रह पैसे

## स्वामी रामतीर्थ : एक दिव्य जीवन

तिलक, लाजपत राय, विवेकानन्द, रामतीर्थ, अरावन्द, दयानन्द—  
ये थे वे चमत्कारी महापुरुष जिन्होंने उन्नीसवीं शती के उत्तरार्द्ध में उत्पन्न हो  
कर अपनी अदम्य तेजस्विता, विलक्षण बुद्धि और अपराजेय सकल्प के बल  
पर देश की काया-पलट कर दी थी और पुनर्जागरण की ओधी उत्पन्न की  
थी। इनमें स्वामी रामतीर्थ का जीवन अत्यन्त विलक्षण, प्रेरणादायक तथा  
स्फूर्तिदायक था।

स्वामी राम भारतीय पुनर्जागरण के मन्त्रदृष्टा थे। वे रहस्यवादी कवि,  
वेदान्ती एवं योगी होते हुए भी कर्मठता में ही जीवन की सफलता मानते  
थे। अपने काल के बावन लाख साधुओं में वे सुन्दरतम कमल की भाँति  
थे। वे बड़े से बड़े कष्टों में भी हँसते रहते थे और कहा करते थे—“मैं  
हँसता हूँ और हँसूँगा, मेरी आत्मा हँसने के लिए बनी है।” स्वामी राम  
की आत्मा का ज्ञान और आनन्द उनके सम्मुख आने वाले व्यक्ति की सम्पूर्ण  
आत्मा में उतरने लगता था। उनके व्यक्तित्व में उन महान् आत्माओं का  
उच्च आदर्श दिखाई देता था, जिन्होंने किसी समय उपनिषदों की रचना  
की थी और वैदिक ऋचाओं का गान किया था। वे निर्भयता का पाठ  
पढ़ाते थे—

क्या तुम डरते हो ? किससे ?

ईश्वर से ? तब तो सूर्ख हो ।

मनुष्य से ? यह तो कायरता है ।

पंच भूतों से ? उनका सामना करो ।

अपने आप से ? जानो अपने आप को—

कहो “अहं ब्रह्मास्मि” ।

स्वामीजी ने उत्तर भारत में नव वेदान्त के प्रचार का शंखनाद किया ।

कवि कविता किया करते हैं, परन्तु स्वामी राम के जीवन में वस्तुतः काव्य रस की धारा प्रवाहित होती दिखाई देनी है । उनके स्वभान में हमें एक उगड़ता हुआ क्षण-क्षण बाहर फूट पड़ने वाला आह्लाद दृष्टिगोचर होता है । कठिन ने कठिन कष्ट और घोरतम अभाव में भी उन्हें विपाद छू नहीं पाता । निमैज पोलिन विटमैन के शब्दों में—

“राम की भाषा ऐसी थी जैसे नन्हे से पवित्र हृदय बालक की होती है । वे चिड़ियों की, फूलों की, बहने हुए झरनों की और हिलती हुई वृक्ष शाखाओं की भाषा में बातें करते थे ।” “वे इतने कोमल, प्रकृतिस्थित, शिशु सदृश्य, शुद्ध और श्रेष्ठ, सच्चे और लगन वाले थे कि जो भी सच्चे हृदय वाला सत्य का जिज्ञासु उनके सम्पर्क में आया वह तृप्त हुए बिना न रहा । प्रत्येक व्याख्यान, प्रत्येक सत्संग के पश्चात् लोग उनसे प्रश्न करते थे और वे सदैव बड़ी स्पष्टता और संक्षेप में, बड़ी मधुरता और प्रेम से उनका उत्तर देते थे । वे आनन्द और शान्ति के भण्डार थे ।”

स्वामी राम ने शंकराचार्य के अद्वैत वेदान्त की व्यावहारिक व्याख्या करके उन्हें भक्ति और कर्म तक ही नहीं, मानव सेवा तक व्यापक बनाना । जापान में, अमेरिका में, बगदाद में और लौट कर पुनः भारत में उन्होंने व्याख्यानों द्वारा अपने विचारों का प्रसार कर बुद्ध और शंकराचार्य की परम्परा का अक्षुण्ण बनाये रखा । वर्तमान नैतिक अधःपतन की निगरानी भरी निशा में स्वामी राम का मन्देश अटल ध्रुवनारे के समान हमारा मार्ग दर्शन करने में सक्षम हो सकता है ।

## भूमिका

“हाय, आज भीष्म पितामह के देश में ब्रह्मचर्य पर दो बातें कहनी पड़ती हैं।” स्वामी राम के वचन से हमें पता चलता है कि वे ब्रह्मचर्य का कितना महत्त्व समझते थे। उन्होंने लिखा है—“हनुमान का नाम लेने और ध्यान करने से लोगो में शौर्य और वीरता का संचार हो जाता है। हनुमान को महावीर किसने बनाया ? इसी ब्रह्मचर्य ने न।”

ब्रह्मचर्य का प्रताप वर्णन करते हुए स्वामी राम ने कहा है—“मेघनाद को मारने की किसी में शक्ति नहीं थी। मर्यादापुरुषोत्तम भगवान राम ने भी यह मर्यादा दिखाई कि मैं स्वयं राम हूँ, किन्तु मैं भी मेघनाद को नहीं मार सकता। मेघनाद को वही मार सकेगा, जिसके अन्तःकरण में बारह वर्ष तक किसी प्रकार का मलिन विचार न आया हो।” और ऐसे वह लक्ष्मणजी ही थे।

अभिमन्यु जैसा तेजस्वी अद्वितीय नवयुवक क्यों मारा गया ? नेपोलियन क्यों परास्त हुआ ? सैमसन कैसे जजीरो में जकड़ा गया—स्त्रियों के नेत्रों की विषमयी मदिरा के कारण।

ब्रह्मचारी तो ललकार कर कहता है—

दस जवानों की मुझमें है हिम्मत,  
व्योंकि दिल में है इफ़्त व अस्मत् ।

स्वामी राम ब्रह्मचर्य के सबसे प्रबल समर्थकों में से थे। उन्होंने वैज्ञानिक रीति से समझाते हुए कहा है—“जैसे तेल बत्ती से ऊपर चढ़ता हुआ प्रकाश में बदल जाता है, वैसे ही जिस शक्ति की अधोमुखी गति है, वह यदि ऊपर की ओर बहने लग पड़े, अर्थात् ऊर्ध्वरेतस् बन जाय, तो विषय-वासना रूपी बल ओज और आनन्द में बदल जाता है।”

स्वामी रामतीर्थ ने मनुष्य जीवन की सफलता के उपायों पर गहन चिन्तन किया था। उनका विचार था—“सफलता के लिए पवित्रता तथा ब्रह्मचर्य की



नितान्त आवश्यकता है। यदि भारतीय जीवित रहना चाहते हैं, तो ब्रह्मचर्य धारण करें, अन्यथा कुचल जायेंगे।”

एक अन्य स्थल पर स्वामी राम ने कहा है—“सर आइज़क न्यूटन जैसा तत्त्व का अन्वेषक, जिस पर इंग्लैण्ड को इतना गर्व है, सतासी वर्ष जीता रहा। मृत्यु समय में वह पूरी तरह होश में था, कारण—वह जितेन्द्रिय था, पवित्र विचारों का था। जिन तत्त्वज्ञ ने विश्व के तत्त्व ज्ञान में बड़ा परिवर्तन ला दिया, वह कौन था? वह कांट (Kant) था। वह बड़ा यती-सती था। उसके हृदय में कभी भी अपवित्र भावना नहीं आई थी। अमेरिका के हेनरी डेविड थोरो तथा जर्मनी के विख्यात तत्त्वज्ञ हर्वर्ट स्पेंसर—दोनों महान् जितेन्द्रिय थे।”

स्वामी राम ने इस पश्चिमी विचार का जोरदार राण्डन किया है कि ब्रह्मचर्य की शक्ति फपोलकल्पित है। स्वामी राम के तर्क युक्तियों, प्रमाणों और दृष्टान्तों से परिपूर्ण हैं। उनसे हमें नवीन दृष्टिकोण प्राप्त होता है। आज के युग में, अब हम समझते हैं कि इन्द्रियों को वशवर्ती रखना असम्भव है, स्वामी राम के विचार प्रेरणाप्रद, स्फूर्तिदायक, विचारोत्तेजक तथा उदात्त बनाने वाले सिद्ध होते हैं। स्वामी राम ने एक दृढ़िवादी की भाँति ब्रह्मचर्य का घिमा-पिटा समर्थन नहीं किया, बल्कि ऐसे तथ्य प्रस्तुत किये हैं, जो आँखें गोलने वाले हैं।

—सम्पादक

## १. ब्रह्मचर्य की शक्ति

### धर्म के प्रकाश से ऋद्धि-सिद्धि

जहाँ पर सत्<sup>१</sup>, प्रेम वा नारायण का निवास है, जिस हृदय में हरिनाम वा ब्रह्म<sup>२</sup> बस जाए, तो वहाँ शोक, मोह, दुःख, दर्द आदि का क्या काम ? क्या राजाधिराज<sup>३</sup> के खेमे के सामने कोई दासी फटक सकती है ?

सूर्य जिस समय उदय हो जाता है तो कोई भी सोया नहीं रहता, पशुओं की आँखें खुल जाती हैं, नदियाँ जो बर्फों की चादर ओढ़े पड़ी थी, उन चादरो को फेक कर चल पड़ती हैं। उसी प्रकार सूर्यों का सूर्य जब आपके हृदय में निवास करता है, तो वहाँ शोक, मोह तथा दुःख कैसे ठहर सकते हैं ? कभी नहीं, कदापि नहीं।

दीपक जल पड़ने से पतंगे आप ही आप उसके आस-पास आने शुरू हो जाते हैं। चश्मा<sup>४</sup> जहाँ बह निकलता है, प्यास बुझाने वाले वहाँ स्वयं जाने लग पड़ते हैं। फूल जहाँ खुद खिल पड़ा, भँवरों आप ही आप उधर खिचकर चल देते हैं। उसी प्रकार जिस देश में धर्म या ईश्वर का नाम रोशन हो जाता है, तो संसार के सुख-वैभव<sup>५</sup> और ऋद्धि-सिद्धियाँ आप ही खिंची हुई उस देश में चली आती हैं। यही कुदरत का कानून है, प्रकृति का नियम है। ओ३म् ! ओ३म् !! ओ३म् !!!

---

१. सत् = सचाई।

२. ब्रह्म = ईश्वर।

३. राजाधिराज = बादशाह।

४. चश्मा = झरना।

५. वैभव = ऐश्वर्य।

पड़ती हैं। उस भीष्म को ब्रह्मचर्य तोड़ने के लिए ऋषि-मुनि और सौतेली माँ जिसके लिए उसने ब्रह्मचर्य की प्रतिज्ञा ली अर्थात् प्रण किया था, उपदेश करती है कि तुम ब्रह्मचर्य तोड़ दो; राजमंत्री, नगर-जन, ऋषि-मुनि सब आग्रह करते हैं कि तुम अपना व्रत तोड़ दो; तुम्हारे विवाह करने से तुम्हारे कुल का वंश बना रहेगा, राज बना रहेगा इत्यादि-इत्यादि। किन्तु नवयुवा<sup>१</sup> भीष्म यौवनावस्था<sup>२</sup> में, जिस समय विरला ही कोई ऐसा युवक होता है कि जिसका चित्त बाह्य<sup>३</sup> सौन्दर्य<sup>४</sup> और चित्ताकर्षक<sup>५</sup> राग-रंग के झूठे जाल में न फँसता हो, उस समय यौवनपूर्ण भीष्म अथवा शूरवीर भीष्म यूँ उत्तर देता है, "तीनों लोक को त्याग देना, स्वर्ग का साम्राज्य छोड़ देना और उनसे भी कुछ बढ़कर ही उसे न लेना मंजूर है; परन्तु सत् से विमुख होना स्वीकार न करूँगा। चाहे पृथ्वी अपने गुण गन्ध को, जल अपने स्वभाव रस को, प्रकाश अपने गुण रूप को, वायु अपने गुण स्पर्श<sup>६</sup> को, सूर्य अपने प्रकाश को, अग्नि अपनी गर्मी व उष्णता<sup>७</sup> को, चन्द्र अपनी शीतलता को, आकाश अपने धर्म शब्द को, इन्द्र अपने वैभव को और यमराज न्याय को छोड़ दें, परन्तु मैं सत्य को कदापि नहीं छोड़ूँगा।

"मैं तीनों लोकों का त्याग करूँ और वैकुण्ठ का राज्य छोड़ दूँ, पर मैं सत् की मर्यादा नहीं छोड़ सकता। पंच तत्त्व, चन्द्रमा, सूर्य, इन्द्र और यमदेव, भले ही अपनी विघेपता छोड़ दें परन्तु सत्य मेरा सरताज है।

१. नवयुवा = नौजवान।

२. यौवनावस्था = जवानी।

३. बाह्य = बाहरी।

४. सौन्दर्य = सुन्दरता।

५. चित्ताकर्षक = मन को अपनी ओर खींचने वाला।

६. स्पर्श = छुना।

७. उष्णता = गर्मी।

हनुमान का नाम लेने और ध्यान करने से लोगो में शीघ्र<sup>१</sup> और वीरता आ जाती है । हनुमान को महावीर किसने बनाया ? इसी ब्रह्मचर्य ने । मेघनाद को मारने की किसी में शक्ति न थी । मर्यादा भगवान् पुरुषोत्तम रामचन्द्र ने भी यह मर्यादा दिखलाई कि मैं स्वयं<sup>२</sup> राम हूँ किन्तु मैं भी मेघनाद को नहीं मार सकता । उसको वही मार सकेगा कि जिसके अन्त करण<sup>३</sup> में बारह वर्ष तक किसी प्रकार का मलिन<sup>४</sup> विचार न आया हो और वह लक्ष्मणजी थे ।

### विषय-भोग से चित्त की मलीनता

जिन-जिन लोगो ने पवित्रता अर्थात् चित्त की शुद्धि को छोड़ा, उनकी स्थिति खराब होने लगी । विजय उस मनुष्य की कभी नहीं हो सकती, जिसका हृदय शुद्ध नहीं ।

पृथ्वीराज जब रणक्षेत्र को चला, जिसमें सैकड़ों वर्ष के लिए हिन्दुओं की गुलामी शुरू हो गई, लिखा है कि चलते समय वह अपनी कमर महारानी से कसवा कर आया था ।

नैपोलियन जैसा युद्धवीर जब अपनी उन्नति के शिखर<sup>५</sup> से गिरा, अड्डडधम । लिखा है कि जाने से पहले ही वह अपना खून आप कर चुका था । खून क्या लाल ही होता है ? नहीं, नहीं, सफेद भी होता है । अर्थात् उस रणक्षेत्र<sup>५</sup> से पहली शाम को वह एक चाह में अपने को पहले ही गिरा चुका था ।

१. स्वयं = खुद ।

२. अन्त करण = चित्त ।

३. मलिन = मैला ।

४. शिखर = चोटी ।

५. रणक्षेत्र = युद्धभूमि ।

कुमार अभिमन्यु जैसा चन्द्रमा के समान सुन्दर, सूर्य के समान तेजस्वी<sup>१</sup>, अद्वितीय<sup>२</sup> नवयुवक जब उस कुरुक्षेत्र की रणभूमि<sup>३</sup> में अर्पण हुआ, और उस युद्ध में काम आया, कि जहाँ से भारत के क्षत्री शूर-वीरों का बीज उड़ गया, तो युद्ध से पहले वासना का शिकार होकर आया था ।

### विषयों की इच्छा विद्या-प्राप्ति में बाधक

राम जब प्रोफेसर था. तो उसने उत्तीर्ण तथा अनुत्तीर्ण विद्यार्थियों की नामावाली बनाई थी, और उनके भीतर की दशा तथा आचरण से यह परिणाम निकला था कि जो विद्यार्थी परीक्षा के दिनों या उसके कुछ दिन पहले विषयों में फँस जाते थे, वे परीक्षा में प्रायः फेल अर्थात् असफल होते थे, चाहे वे वर्ष-भर श्रेणी में अच्छे ही क्यों न रहे हों और वे विद्यार्थी जिनका चित्त परीक्षा के दिनों में एकाग्र और शुद्ध रहता था, वे ही उत्तीर्ण और सफल होते थे ।

बाइबिल में, शूरवीरता में अति प्रसिद्ध सैमसन का दृष्टान्त आया है । मगर जब उसने स्त्रियों के नेत्रों की विषमयी मदिरा को चगा, तो उसकी समस्त वीरता और शौर्य<sup>४</sup> को उड़ते पंरा देर न लगी । एक वीर नर ने कहा है—

दत्त जवानों की मुक्षमें है हिम्मत ।

क्यों कि दिल में है इपफत व असमत ॥

—देवीप्रसाद

१. तेजस्वी—तेज वाला ।

२. अद्वितीय—जिसमें समान दूसरा नहीं ।

३. रणभूमि—युद्धभूमि ।

४. शौर्य—शूरवीरता ।

## तेल-बत्ती का उदाहरण

जैसे तेल बत्ती के ऊपर चढ़ता हुआ प्रकाश में बदल जाता है, वैसे ही जिस शक्ति की अधोमुखी<sup>१</sup> गति है, वह यदि ऊपर की तरफ बहने लगे अर्थात् ऊर्ध्वरेतस्<sup>२</sup> बन जाए, तो विषय-वासना रूपी बल ओजस और आनन्द में बदल जाता है ।

अर्थशास्त्र में बहुधा आप सज्जनों ने पढ़ा होगा कि पदार्थ-विज्ञान वेत्ताओं के सिद्धान्त से स्पष्ट होता है कि किसी देश में जनसंख्या क बढ़ जाना और भलाई का स्थिर रहना एक ही समय में असम्भव है एक-दूसरे के विरुद्ध है ।

## २. ब्रह्मचर्य और सफलता

सफलता की शर्त ब्रह्मचर्य है। भले ही आप नये विचारों के हों या पुराने विचारों के, भले ही आपकी पुस्तकों ने उसका महत्त्व बतलाया हो या न हो—राम आपसे कहता है कि सफलता के लिए पवित्रता तथा ब्रह्मचर्य की नितान्त आवश्यकता है। यदि भारतीय बचे रहना चाहते हैं तो ब्रह्मचर्य को सुरक्षित रखें अन्यथा कुचल जाएंगे।

### दीपक का उदाहरण

यह दीपक है। आपके सामने यह जल रहा है। यह क्यों जलता है? इसके मध्य भाग में तेल भरा हुआ है। यह तेल बत्ती के द्वारा ऊपर चढ़ता है तथा ऊपर आकर प्रकाश के रूप में बदल जाता है। अगर इसके तेल वाले हिस्से में कोई छेद हो जाए, तो इसका तेल शनैः-शनैः बह जाएगा। फिर इस दीपक से प्रकाश नहीं होगा।

वही अवस्था आपकी है। जिस मनुष्य का वीर्य नीचे नहीं गिरेगा, तो ऊपर चढ़कर मस्तिष्क में पहुँचकर आत्मिक ज्योति<sup>१</sup> के रूप में प्रकट होगा। परन्तु यदि व्यक्ति इसके विपरीत आचरण करेगा, तो उसकी दशा तेल-हीन दीपक जैसी होगी।

जिनके शरीर से अपवित्र कृत्य नहीं होते, जिनके मन में अपवित्र विचार उत्पन्न नहीं होते, उनके भोजन का सार रस-रक्त-मांस-मेद-अस्थि-मज्जा-शुक्र बनकर, अन्त में शुक्र मस्तिष्क में चढ़ कर बुद्धिरूप में परिवर्तित हो जाता है।

---

१. आत्मिक ज्योति—आत्मा का प्रकाश।

इस प्रकार की अवस्था का अँग्रेजी के प्रख्यात कवि ने इस तरह वर्णन किया है—

My strength is as the strength of ten,

Because my heart is pure —Tennyson

—मेरी शक्ति दस मनुष्यों की शक्ति के समान है, क्योंकि मेरा हृदय पवित्र है । —टेनीसन

**ब्रह्मचर्य के बल पर अद्भुत कार्य करने वाले मानव**

हनुमान इसलिए सबसे बड़ा वीर था क्योंकि वह जती-सती था । कहते हैं कि मेघनाद भारी योद्धा था । उसे वही मनुष्य मार सकता था, जिसके मन में बारह वर्ष तक कोई अपवित्र भाव नहीं आया हो । ऐसा श्री लक्ष्मण था । जितेन्द्रियता के कारण ही भीष्म का नाम 'भीष्म' प्रसिद्ध हुआ । सर आइज़क न्यूटन जैसा तत्त्व का अन्वेषक<sup>१</sup>, जिस पर इंग्लैण्ड को इतना गर्व है, सत्तासी वर्ष तक जीता रहा । मृत्यु-समय में वह पूरी तरह होश में था, कारण—वह जितेन्द्रिय था पवित्र विचारों का था । जिस तत्त्वज्ञ<sup>२</sup> ने विश्व के तत्त्वज्ञान में परिवर्तन ला दिया, वह कौन था ? वह कांट (Kant) था । यह बड़ा यती-सती था । इसके हृदय में कभी भी अपवित्र भावना नहीं आई थी । अमरीका के हेनरी डेविड थोरो तथा जर्मनी के विख्यात तत्त्वज्ञ<sup>१</sup> हर्बर्ट स्पेंसर—दोनों महान् जितेन्द्रिय थे ।

इस समय अमरीका, इंग्लैण्ड, जापान प्रभृति देश तरक्की कर रहे हैं । इसका कारण क्या है ? कारण यही है कि इन देशों के गृहस्थ भी आपके देश के जितेन्द्रियों की अपेक्षा पवित्र हैं । पहले तो उनके

---

१. अन्वेषक = खोजी ।

२. तत्त्वज्ञ = तत्त्ववेत्ता, ज्ञानवान् ।



यहाँ विवाह ही बड़ी आयु में होते हैं। उसके बाद उनकी महिलाएँ कैसी पढ़ी-लिखी होती हैं, कि पुरुषों तथा नारियों की भेट होती है, तो वे श्रेष्ठ विषयों पर बात-चीत करते हैं। वे एक दूसरे की सत्स-गति से फायदा उठाते हैं, कभी भी अपवित्र विचारों का मौका नहीं आता। इसके विपरीत, भारत की स्त्रियाँ पढ़ी-लिखी नहीं होती। यहाँ स्त्री-पुरुष के मिलने का अर्थ ही अपवित्र विचार समझा जाता है। यह ठीक भी है। जब उसे कुछ ज्ञान नहीं, तो उससे आप क्या वार्ता-लाप करेंगे ?

प्रतिदिन के जीवन में देखिए कि पवित्र भावनाओं का आपके कार्यों तथा विश्वासों पर क्या असर पड़ता है। यदि आपके विचार पवित्र हैं, यदि आप अपनी जीवन-शक्ति को सुरक्षित बचाये हुए हैं, तो आप शीघ्र सफल होंगे।

राम जब प्राध्यापक था, वह सफल तथा असफल छात्रों की सूची बनाता था तथा उनसे प्रश्न किया करता था कि परीक्षा से कुछ दिवस पूर्व उनकी कैसी मनोदशा थी। तब उसमें भी राम ने यही परिणाम निकाला था कि जो छात्र परीक्षा पूर्व श्रेष्ठ तथा पावन विचार रखते थे, वे सफल होते थे। इनके विपरीत जो छात्र अपवित्र विचार रखते थे, वे सदा डरते रहते थे कि कहीं फेल न हो जाएँ, और वे अनुत्तीर्ण हो जाते थे।

### भोग-विलास से पृथ्वीराज की पराजय

जैसे विचार मन में होते हैं, वैसे ही परिणाम भी होता है। प्रख्यात रणवीर पृथ्वीराज अनेक युद्धों में मुगलमानों को परास्त कर चुका था, परन्तु जब वह भोग-विलास में मग्न हो गया, तथा आपको आश्चर्य होगा कि अन्तिम बार जब वह युद्ध भूमि में गया तो उमरा

कमर उसकी रानी ने कसी थी, परिणाम यह हुआ कि युद्ध भूमि में उसकी पराजय हुई ।

### नेपोलियन की पराजय

नेपोलियन की हिम्मत तथा बहादुरी का सिक्का समस्त विश्व पर जम गया था । परन्तु जब वाटरलू के युद्ध-क्षेत्र में चला, तो उसकी पूर्व-संध्या को, उसने अपने को एक अपवित्र इच्छा में गिरा दिया था । परिणामतः उसकी भीषण पराजय हुई ।

### अभिमन्यु की पराजय

कुरुक्षेत्र सगम का विख्यात योद्धा, जिस दिन युद्ध में मारा गया, उससे पूर्व-सन्ध्या को वह अपनी नई पत्नी के पास गया था ।

अपवित्र कार्यों में कुछ भी आनन्द नहीं है । जैसे गुलाब का फूल कितना लशबूदार होता है; परन्तु उसमें शहद की मक्खी भी रहती है । ज्योंही आप उसे नाक से लगाये, मधुमक्खी नाक की नोंक पर डक मारती है । इसी तरह सासारिक सुन्दरता तथा तिरछी नजर बड़ी आकर्षक<sup>१</sup> प्रतीत होती है, वह चित्त चुराती है । परन्तु उसमें एक आध्यात्मिक<sup>२</sup> विष है, जो मनुष्य को उन्नति से वंचित<sup>३</sup> कर देता है ।

अनुचित प्रेम, अनुचित काम-वासना, अनुचित सतीत्व भग करना आदि गुलाब के फूल की न्याईं आकर्षक हैं; परन्तु उनमें जो मक्खी है, वह नाक को नोक पर डक मारती है ।

---

१. आकर्षक = कर्षणवाना ।

२. आध्यात्मिक = आत्मा सम्बन्धी ।

३. वंचित = मारगम ।

जिन्हें सांसारिक प्रलोभन<sup>१</sup> परास्त नहीं करते, वही संसार को परास्त कर सकता है ।

### आध्यात्मिकता

सफलता की तीसरी शर्त आध्यात्मिकता है । एक बादशाह की कहानी है । उसने एक कमरे में एक सींग लटकाया हुआ था । उस सींग के खोल में पानी भरा हुआ था । बादशाह ने विज्ञापन<sup>२</sup> कर रखा था कि जो व्यक्ति सींग का पानी पीकर उसे खाली कर दे, उसे वह अपना सम्पूर्ण<sup>३</sup> राज्य दे देगा । कई लोग आये तथा उन्होंने पानी पिया; परन्तु वे सींग को खाली न कर सके । वह सींग देखने में तो छोटा-सा प्रतीत<sup>४</sup> होता था; परन्तु उसका सम्बन्ध सागर से था । इसीलिए वह खाली न होता था ।

इसी प्रकार यद्यपि आपके शरीर छोटे-छोटे-से है, तथापि उनका सम्बन्ध सागरों के सागर परमेश्वर से है । जो मनुष्य इस सम्बन्ध को जाग्रत रखता है, स्थिर रखता है, उसकी शक्ति अथाह होती है । ईश्वर तो सत्यकाम<sup>५</sup> तथा सत्यसंकल्प<sup>६</sup> है अतः आपके अन्तरतम<sup>७</sup> में भी हर समय सत्य होना चाहिए । उस सत्य विचार की सदा विजय होती है ।

— — — — —

१. प्रलोभन = लालच ।

२. विज्ञापन = एलिटार (गुनायी) ।

३. सम्पूर्ण = साग ।

४. प्रतीत होना = मान्य होता ।

५. सत्यकाम = मन की चाह वाला ।

६. सत्यसंकल्प = सत्ये निश्चय वाला ।

७. अन्तरतम = तम ।

## रणजीतसिंह का उदाहरण

सिंह के तुल्य पराक्रमी महाराजा रणजीतसिंह अपनी सेना लेकर अटक नदी के पास पड़े हुए थे। परले पार शत्रु-सेना थी। रात्रि का अन्धकार छाया हुआ था। किन्तु वहाँ कोई नौका न थी, जिससे वे पार उतर सके। कोई अन्य साधन भी विद्यमान न था। बड़ी कठिनाई थी कि क्या किया जाय ? सैनिकों ने महाराजा के पास जाकर अपनी कठिनाइयाँ बतलाई। महाराजा तो इस विचार में मग्न था—जैसा कि श्रीकृष्ण ने श्रीमद्भगवत गीता में कहा है—

सुख-दुःखे समे कृत्वा लाभालाभौ जयाजयौ ।

ततो युद्धस्य युज्यस्व नैवं पापमवाप्स्यसि ॥

—गीता, अध्याय २, श्लोक २८

—हे अर्जुन ! तू सुख-दुःख, हानि-लाभ, जय-पराजय को समान जानकर युद्ध के लिए उठ खड़ा हो जा। इस प्रकार करने से तू पाप का भागी नहीं होगा।

सो, महाराज रणजीतसिंह इसी विचार में मग्न था। उसे न विजय की प्रसन्नता थी, न पराजय का शोक। वह अपने ही विचार में लीन था। अपने धर्म-पालन में मग्न था। उसने अपने सैनिकों से कहा—

जाके मन में अटक है, वाको अटक यहाँ;

जाके मन में अटक ना, वाको अटक कहाँ ?

इतना सुनते ही फौज नदी में कूद पड़ी और दूसरे पार पहुँच गई। उसे देखकर दुश्मन की हिम्मत टूट गई कि जब ऐसे विशाल दरिया को नाव आदि के बिना ये लोग पार करके आ गये, तो इनका मुका-

विला करना नामुमकिन है। वस, दुश्मन भाग गये और मैदान रणजीतसिंह ने जीत लिया।

### फ्रैंडरिक का उदाहरण

फ्रांस तथा जर्मनी के युद्ध में बादशाह फ्रैंडरिक सर्वथा परास्त हो गया था। दुश्मन के सैनिक उसके किले में घुस आये थे और रंग-रेलियाँ मना रहे थे। परन्तु फ्रैंडरिक को अपने पक्ष में ईश्वर के होने का दृढ़ निश्चय था। इसलिए उसने हिम्मत को हाथ से न छोड़ा। उसने अपने सैनिकों को एकत्र किया। उनमें कुछ एक को एक तरफ भेज दिया कि तुम उस टीले पर जाकर खड़े हो जाओ। कुछ एक को दूसरी तरफ भेज दिया। इसी तरह उसने चारों तरफ अपने सैनिक भेज दिये। इसके अन्तर पूरे साहस के साथ निवडक होकर वह किले में जा घुसा तथा दुश्मनों के सैनिकों से उसने कहा—“तुम लोग हथियार रख दो।” उन्होंने पूछा “क्यों?” फ्रैंडरिक ने कहा—“तुम नहीं देखते कि मेरी फौज सब तरफ से आ रही है तथा तुम लोग घेर लिए गये हो।” यह देखकर वे लोग अस्त हो गये। उन्होंने अपने शस्त्र रख दिये।

यदि आपका हृदय सत्य से परिपूर्ण है, तो एक दुश्मन क्या, समस्त विश्व आपके सामने शस्त्र रख देगा। यही विकट उत्साह है, जिससे भयंकर पराजय भी विजय के रूप में बदल जाती है।

सारी पुढाई एक तरफ, फज्जे-इलाही एक तरफ।  
न मेहमे पर, न सस्ते पर, नहीं मौकूफ गल्ले पर;  
फतेह तो वस उसी की है, खुदा है जिसके पल्ले पर।

### हाथी और सिंह में अन्तर

हाथी तथा सिंह के शरीर में कितना अन्तर होगा है? परन्तु

देखिए, सिंह के उत्साह तथा साहस के कारण हाथी के लिए उसका मुकाबिला करना कठिन होता है। हाथी को अपनी शक्ति पर विश्वास नहीं होता। इसीलिए वह झुण्ड बनाकर रहता है। सिंह का शरीर छोटा है, परन्तु उसमें साहस भरा रहता है। वह अपने भीतर के ईश्वर—आत्मा को मारता नहीं; बल्कि उसे व्यावहारिक रूप में प्रकट करता है।

### चीन के एक बालक का आत्मविश्वास

चीन में एक बालक इतना निर्धन था कि पढ़ने के लिए उसे तेल तक न मिलता था। वह जुगनुओं को इकट्ठा करके, कपड़े में बाँधकर उनकी रोशनी में पढ़ता था। लोगो ने कहा—यह भद्दी चेष्टा क्यों करता है, क्या तू ही बादशाह का वजीर बनेगा ?

उसने उत्तर दिया—मेरे मन में इस तरह की तंगी उठती है, आशा है एक दिन मैं वजीर बनूँगा। सचमुच वह चीन का वजीर बना।

लोग कहते हैं—‘वह काम कैसे करे ?’ अरे भाई ! आत्म हत्या या ईश्वर हत्या क्यों करते हो ? तुम शरीर नहीं हो, तुम आप अनन्त हो, फिर क्या और कैसे, क्यों पूछते हो ? क्या तुम्हें विदित नहीं कि जलस्थिति-विज्ञान (Hydrostatics) का एक सिद्धान्त है, जिसके द्वारा सारे समुद्र के पानी को तनिक सा पानी रोक सकता है। इस तरह एक मानव समस्त विश्व को रोक सकता है, यदि वह अन्तःकरण के ईश्वरत्व पर दृढ़ हो जाए। तब कारणों का कारण है फिर सामान अथवा साधन क्यों खोजता फिरता है ?

### एक अनाथ बालक का आत्मविश्वास

स्काटलैण्ड का एक बालक वहाँ के अनाथालय से भागकर लन्दन

चला गया । संयोग से वह एक बाग में पहुँचा । वह बाग लण्डन के लार्ड मेयर का था । बालक वहाँ खेल में मग्न हो गया । अचानक एक बिल्ली उधर से निकली । बालक ने उसकी पूँछ पकड़ ली तथा उससे बातचीत करने लगा । इसी समय घण्टे की आवाज सुनाई पड़ी । बालक बिल्ली से बातचीत करता हुआ गाने लगा—

What does the mad bell say ?

Ton ! Ton !! Ton !!!

Whittington, Whittington,

The Lord Mayor of London !

—पगली घंटी क्या कह रही है ?

टन ! टन !! टन !!!

ह्विट्टिंगटन; ह्विट्टिंगटन;

लार्ड मेयर आफ लण्डन !

इसी समय संयोग से लण्डन का मेयर ( महापौर ) उधर आ निकला । उसने सारी बात सुनी । उसने लटके से पूछा—तू क्या कर रहा है ? उसने उत्तर दिया—लार्ड मेयर आफ लण्डन का काम ।

लार्ड मेयर प्रसन्नता से खिल गया । वह बालक को अपने घर ले गया । पढ़ने के लिए उसने बालक को स्कूल में प्रविष्ट करवा दिया । बालक ने बड़ी मेहनत करके खूब शिक्षा पाई । शनैः-शनैः उन्नति करता-करता एक दिन सचमुच वह लार्ड मेयर आफ लण्डन (लण्डन का महापौर) बन गया !

### पापी का पतन

एक कवि अपनी विद्या में बड़ा कुशल था । उसने बहुत-सी कविताओं की रचना की तथा उन्हें महाराज के पास ले गया । महाराज

उन कविताओं को सुनकर बहुत खुश हुए तथा उसे बहुत पुरस्कार<sup>१</sup> दिया। रानियों को भी कवि की वाणी बहुत प्रिय लगी। जब महाराज राजप्रासाद<sup>२</sup> में आए, तो उन्होंने महाराज से इच्छा प्रकट की कि कवि को राजप्रासाद के समीप ही आवास<sup>३</sup> दे दिया जाए। दूसरे दिन महाराज ने कवि से पूछा—‘कहाँ रहते हो?’ कवि ने उत्तर दिया—‘मैं तो अन्धा हूँ।’

महाराज ने सोचा, यह देख नहीं सकता, अतः इसे राजप्रासाद के समीप एक कमरा रहने के लिए देने में कोई हानि नहीं।

वह कवि वहाँ रहकर नौकर-चाकरो को तग करने लगा। एक दिन उसने दासी से कहा—‘लोटा उठा दो।’ दासी ने कहा—‘लोटा कहाँ है?’ दोनों में इस पर तू-तू मैं-मैं हो गई। कवि के मुँह से निकल गया—‘वह सामने क्या पड़ा है? क्या तू उठाकर नहीं दे सकती?’ बस, फिर क्या था, दासी दौड़ती हुई रनिवास<sup>४</sup> में गई तथा रानियों से बोली—‘यह मरा तो सब कुछ देखता है, यह अन्धा नहीं है। यह हमें हमेशा घूरता है।’ महाराज ने जब यह सुना तो उसे वहाँ से निकाल दिया। उसे दरबार में आने से भी मना कर दिया। बाद में वह कवि सचमुच अन्धा भी हो गया था।

### जहाँ चाह वहाँ राह

आप कहते हैं—‘सामान नहीं, कैसे काम करें’, परन्तु यह सब सकल्प

१ पुरस्कार=ईनाम।

२ राजप्रासाद=राजमहल।

३ आवास=रहने का स्थान।

४ रनिवास=रानियों का महल।



का खेल है । जब आपके अन्तःकरण में संकल्प (हृढ़ निश्चय) की शक्ति आ जाएगी, तो सारे सामान आपके सम्मुख स्वयं आ जा जाएंगे । दिव्य प्राकृतिक शक्तियाँ आपके लिए अपना स्वभाव बदल डालेंगी ।

### जैसा विचार वैसा मनुष्य

अच्छे विचारों वाले अच्छे बनेंगे, बुरे मनोरथों वाले बुरे होंगे । जैसा विचार करोगे, वैसे बन जाओगे ।

यदि आपके मन में पुष्प का विचार होगा तो आप पुष्प रूप (प्रिय) बन जाएंगे । यदि चंचल बुलबुल का ख्याल होगा, तो बुलबुल की तरह व्याकुल बन जाएंगे । दुःखों का विचार करने वाला दुःखों को और सुखों का विचार करने वाला सुखों को अपनी ओर आकर्षित करता है ।

### प्रार्थना अवश्य सुनी जाती है

हर एक प्रार्थना की सुनवाई होती है । जो प्रार्थना अन्तःकरण से स्फुरित होती है, वह अवश्य स्वीकार की जाती है । जैसा आपका संकल्प होगा, उसे आपके अन्तःकरण की शक्ति अवश्य पूर्ण कर देगी । आप में ऐसी शक्ति मौजूद है जिसकी बदीलत आप देवताओं की समता कर सकते हैं । देवता का अर्थ है—प्रकृति की शक्तियाँ ।

यदि आप वेदों के अनुकूल आचरण करें, तो देवों तक पहुँच सकते हैं । अपने आत्मविश्वास तथा निश्चय की शक्ति से आप प्राकृतिक शक्तियों को आकर्षित करके अपनी वशवर्ती बना सकते हैं । इस प्रकार आप देवताओं की समता कर सकते हैं । परन्तु आपने उन साधनों को भुला डाला है । जब तक आप उन साधनों पर अमल करते थे, तब तक आपके हृदय में उसी प्रकार के विचार गूह्य थे । अतः उस समय वैसे ही परिणाम निकलते थे । परन्तु अब से आपने इन उपायों का

परित्याग किया, बुरे विचारों ने आपके हृदय में स्थान बना लिया, तब से आपकी दशा बदल गई ।

जब हिन्दुओ मे यह विचार पैदा हुआ—‘हमको नौकर राखोजी, हमको नौकर राखोजी’—

मै गुलाम, मै गुलाम, मै गुलाम तेरा,  
तू दीवान, तू दीवान, तू दीवान मेरा ।

—तब से वास्तव में वे नौकर और गुलाम ही हो गये ।

और हिन्दुओ मे एक विशेष गुण यह है कि वे सदैव सच्चे होते हैं । अतएव उनकी स्वाभाविक सचाई इस दासता के विचार पर लग गई । कारण, उनका यही हार्दिक विचार था । अतएव उनकी मनोकामना पूर्ण हुई तथा वे विदेशियों के दास हो गये ।

**जैसा विचार करोगे, वैसा अपने को पाओगे**

महात्मा बुद्ध ने भी यही शिक्षा दी है । अतएव न अपने बारे में तथा न और किसी के बारे में अपने मन में हीन विचार लाओ । भीतर तथा बाहर—सर्वत्र परमात्मा ही परमात्मा को देखो । मुहम्मद साहब के मन में यह बात समा गई थी, अतः उन्होंने सिखलाया था—‘ला इलाह इल्लिल्ला’= ईश्वर के सिवाय कुछ नहीं है । हजरत ईसा मसीह की प्रत्येक धमनी में यही विचार दौड़ रहा था—‘I and my father are one’=मैं तथा मेरा पिता (परम पिता परमात्मा) एक ही है । अब भले ही लोग उसे समझे अथवा न समझे, सत्य बात यही है ।

शक्ति है आत्मबल की, शक्ति है विश्वास की । शक्ति है निश्चय या यकीन की । फिर भी आप कहते हैं कि सामान की आवश्यकता है ? सामानों के सामान तो खुद आप हो । इस विचार को ब्रह्मविद्या कहा जाता है ।

जिस तरह किसी सुन्दर बालक चेचक रोग से सर्वथा कुरूप हो जाता है तथा उसके प्राण संकट में पड़ जाते हैं, तब उसे कुछ लाभ गौ के थन के लिफ (Lymph) के टीके से होता है, उसी प्रकार हिन्दू जाति भी अविद्या की चेचक से पीड़ित होकर कुरूप होती जाती है, उसका अन्त समीप आया प्रतीत होता है। इसलिए उसे भी टीका लगाने की जरूरत है। इस टीके के लिए लिफ (Lymph) कहाँ से प्राप्त होगा? गौ का अर्थ है 'उपनिषद्' (सर्वोपनिषदो गातः) तथा वह लिफ उपनिषद् से प्राप्त किया जायगा। तात्पर्य यह है कि ब्रह्मविद्या उपनिषदों से सीखकर उस पर आचरण कीजिए। तब यह अविद्या रूपी चेचक दूर हो जायगी।

लोगों का कहना है कि इतिहास पढ़ने से यह विदित होता है कि जो जाति एक बार उन्नति करके फिर अवनति को प्राप्त हुई हो, वह फिर दुबारा उन्नति नहीं कर सकती।

परन्तु यह विचार कुछ तुच्छ तथा गलत है। यही एक सहस्र वर्ष का इतिहास तथा उस पर यह अभिमान? अरे भाई! यह तो एक युग का भी पूरा इतिहास नहीं है।

### कोई पदार्थ नष्ट नहीं होता

प्राकृतिक विकास का इतिहास अध्ययन करने से विदित होता है कि कोई पदार्थ नष्ट नहीं होता, किसी न किसी रूप में वह विद्यमान रहता है। (केवल रूप ही बदलता है) कहा गया है—

‘हर शाख रंग अमेजी दर फ़स्ते-ग़िजाँ अंदास्ता।’

—प्रत्येक शाखा पतझड़ के मौसम में फली-फूली है, कितना आश्चर्य है!

और देखिए, प्रकृति आपको बतलाती है—तारे पूर्व से पश्चिम

को जाते हैं, और फिर पश्चिम से पूर्व को लौट आते हैं। यही दौर या चक्र चलता है।

ठीक इसी तरह सौभाग्य का सितारा पूर्व से पश्चिम को गया, तथा वहाँ से पुनः पूर्व को वापिस आ रहा है। देखिए एक युग था जब भारत का सितारा बुलन्द था। वहाँ से वह पश्चिम की तरफ चला, फारस में पहुँचा, उसके उपरान्त आस्ट्रिया आदि की बारी आई। वहाँ से यूनान (ग्रीस) में पहुँचा। यूनान से रोम पहुँचा। रोम के अनन्तर स्पेन की बारी आई। वहाँ से इंग्लैंड पर कृपा हुई। वहाँ से वह अमेरिका गया। इस समय अमेरिका का पश्चिमी भाग कैलिफोर्निया बहुत उन्नति कर रहा है। वहाँ से वह जापान में आया—फिर आप कैसे कह सकते हैं कि अब भारत की बारी नहीं आएगी ?

आनन्द !

आनन्द !!

आनन्द !!!

### ३. ब्रह्मचर्य का उपाय

#### प्राणायाम की विधि

सर्वप्रथम हम प्राणायाम पर विचार करेंगे। प्राणायाम का शब्दार्थ है 'प्राण (श्वास) को वश में करना'। योग सम्बन्धी हिन्दू-ग्रन्थों में प्राण-नियन्त्रण<sup>१</sup> के आठ मुख्य ढंग बताये गये हैं। परन्तु राम आपके सम्मुख केवल एक ही ढंग प्रस्तुत करेगा। प्राणायाम श्वास के नियन्त्रण की अत्यन्त महत्त्वपूर्ण रीति है। प्रश्न है प्राण को वश में करने से क्या लाभ? उत्तर में राम का कथन है, "प्राण को संयमित करने का ढंग सीखो तथा इसे प्रयोग में लाओ। आपको अपने अभ्यास द्वारा स्वयं ही पता चल जायगा कि यह अत्यधिक लाभकारी है।" जब कभी आप खिन्न हों, उदास हो, विपण्ण हों, दुःखी हों, उत्साह-हीन हो—आप प्राणायाम कीजिए, आप देखेंगे कि आपको फौरन शान्ति मिलती है। प्राणों के नियन्त्रण का यह लाभ तुरन्त ही होता है।

#### प्राणों का आयाम

जब कभी किसी विषय पर लिखने लगें, जब किसी काम के बारे में विचार करने लगें और जब भी आप देखें कि आप अपने विचारों पर काबू पाने में असमर्थ हो रहे हैं, तो आप प्राणों का आयाम कीजिए। इससे फौरन आपको शान्ति प्राप्त होगी। इतनी शक्ति कि स्वयं आप को आश्चर्य होगा। आपको यह अनुभव होगा कि प्रत्येक वस्तु ठीक

---

१. प्राण-नियन्त्रण = प्राणों को वश में करना।

स्थान पर है, प्रत्येक वस्तु अपनी वाछनीय स्थिति में है। तब आपको कुछ भी अव्यवस्थित या उखडा-पुखडा प्रतीत नहीं होगा।

### प्राणायाम से लाभ

प्राणायाम के लाभ निम्नलिखित हैं—इससे तन की अनेक बीमारियाँ दूर होती हैं। उदरशूल<sup>१</sup>, शिरोवेदना<sup>२</sup>, हृदय-पीडा आदि रोग दूर हो जाते हैं।

प्राणायाम क्या है? एक विशेष विधि से प्राणों का नियमन<sup>३</sup>। राम आपके सम्मुख ऐसा उपाय प्रस्तुत करता है, जो समय की कसौटी पर पूरा उतर चुका है। जो हिन्दुस्तान में अत्यन्त प्राचीन काल से चला आया है तथा आज भी प्रचलित है। अत्यन्त प्राचीन काल से इसका अभ्यास किया जाता रहा है। जिस मनुष्य ने भी इसका अभ्यास किया है, इसे लाभकारी पाया है।

### प्राणायाम के लिए आसन

प्राणायाम करने के लिए अत्यन्त सुखदायी आसन में—सरल साधारण स्थिति में बैठना चाहिए। एक पैर दूसरे पर चढाकर, पालथी मार कर बैठना अत्यन्त सुखदायी आसन है, हाँ, पश्चिमी देशवासियों के लिए वह अवश्य कठिन है। इसलिए कोई चाहे तो आराम कुर्सी पर बैठ सकता है।

अपना शरीर सीधा रखिए। रीढ़ की हड्डी को कड़ी करके रखिए। सिर ऊपर रखिए। वक्ष बाहर फुलाकर रखिए। आँखें सामने रखिए। दायाँ हाथ का अँगूठा दायाँ नथुने पर रखिए। अब बायाँ नथुने

१. उदरशूल=पेट दर्द।

२. शिरोवेदना=सिर दर्द।

३. नियमन=नियम में बाँधना।

से शनैः-शनैः श्वास भीतर खींचिए । उस समय तक धीरे-धीरे साँस खींचते रहिए जब तक आपको आराम मिलता रहे । जब तक साँस आराम से खींच सके, तब तक खींचते रहिए । साँस अन्दर खींचते हुए, मन को शून्य मत होने दीजिए । मन को एकाग्र करके इस विचार पर लगा दीजिए कि सर्वशक्तिमान्<sup>१</sup>, सर्वव्यापक<sup>२</sup>, सर्वान्तर्यामी<sup>३</sup> परमात्मा को आप अपने भीतर ग्रहण कर रहे हैं । मानो आप परमेश्वर, नारायण, सम्पूर्ण विश्व का पान कर रहे हैं ।

जब आपको प्रतीत हो कि आपने अपनी शक्ति के अनुसार पूर्ण श्वास खींच लिया है, तब उँगली से बायें नथुने को वन्द कर दीजिए । जब आप दोनों नथुने वन्द कर ले, तब आपके मुँह से साँस बाहर निकलने पाये । अन्दर खींची हुई साँस अपने फुफफुसो, उदर तथा पेट में रहने दीजिए । सब छिद्र वायु से भरे हों, उस वायु से भरे हों जिसे आपने भीतर खींचा है । जब श्वास द्वारा खींचा वायु आपके अन्दर रहे, तब चित्त को शून्य मत रहने दीजिए, चित्त को इस विचार में निमग्न कीजिए—“मैं परमेश्वर हूँ, मैं सर्वशक्तिमान् हूँ, मैं सर्वान्तर्यामी हूँ । मैं विश्व के अणु-परमाणु<sup>४</sup> में व्याप्त हूँ । मैं पूर्ण हूँ ।”

इस विचार की अनुभूति में अपनी समस्त शक्तियों को नियोजित कर दीजिए । अपनी ईश्वरता की अनुभूति प्राप्त करने में अपनी सम्पूर्ण शक्तियों को लगा दीजिए । जैसे-जैसे श्वास आपके शरीर में परिपूरित हो जाए, वैसे-वैसे यह अनुभव कीजिए—“मैं सत्य हूँ, मैं दिव्य शक्ति हूँ, मैं संसार में पूर्ण हूँ ।”

१. सर्वशक्तिमान् = सब शक्तियों वाला ।

२. सर्वव्यापक = हर जगह मौजूद ।

३. सर्वान्तर्यामी = सबके मन में बात जानने वाला ।

४. अणु-परमाणु = सग-दुर्ग ।

५. परिपूरित होना = भरना ।

इस पर अपने मन को एकाग्र कीजिए । जब आपको प्रतीत हो कि अब आप श्वास को एक पल के लिए भी रोकने में असमर्थ है तो बायाँ नथुना बन्द रखकर दायाँ नथुना खोल दीजिए । अब दाये नथुने से शनै-शनै. श्वास को बाहर निकालिए । मन को शून्य होने दीजिए, उसे उक्त विचार में लगाये रखिये ।

मन को अनुभूति होने दीजिए कि ज्यो-ज्यो श्वास बाहर जा रहा है, त्यो-त्यो उदर की समस्त मलीनता नष्ट हो रही है । उसके साथ ही सारी दुष्टता, दुर्गन्ध, अविद्या बाहर जा रही है । सारी दुर्बलता, अविद्या, भयातुरता, चिन्ता, पीड़ा, आर्तता नष्ट हो रही है । सब बातें समाप्त हो गई, मिट गई ।

### साँस बाहर निकालने के बाद

जब आप साँस बाहर निकाल चुके, आराम से जितनी साँस बाहर निकाल सके, उतनी निकाल चुके, तो जब आपको यह प्रतीत हो कि अब और साँस बाहर नहीं निकाल सकते, तब दोनों नथुने खुले रखते हुए प्रयत्न कीजिए कि जरा-सी भी वायु अन्दर न जाने पाये । जितनी देर हो सके वायु को अन्दर जाने से रोकिए । जब आपके यत्न द्वारा वायु नथुनों से फुफ्फुसों में न जाने पाती हो, उस समय भी चित्त को ध्यान में लगाइए, उसे यह भी न होने दीजिए—यह अनुभव करने दीजिए, कि मैं परमात्मा हूँ । सम्पूर्ण काल वस्तु का देश मेरा है और मैं इनसे परे हूँ । मैं इस विश्व के किसी भी पदार्थ द्वारा परिमित-नहीं हूँ । मैं कल्पनातीत हूँ । मैं विचारातीत हूँ । सबसे परे हूँ । अपरिमित हूँ, सब में व्याप्त हूँ । मैं सीमाबद्ध नहीं हूँ ।

### प्राणायाम में चार प्रक्रियाएँ

इस प्राणायाम में अब तक आपके सम्मुख चार प्रक्रियाएँ उप-



स्थित की गई है—दो मानसिक और दो शारीरिक । प्रथम प्रक्रिया अन्दर साँस खींचने की थी । भीतर श्वास खींचने का अणु शारीरिक क्रिया थी । तथा यह विचार करना कि मैं परमात्मस्वरूप हूँ, मानसिक क्रिया थी ।

इसके बाद जब तक आपने श्वास को फुपफुसों में रोके रखा तो वह शारीरिक<sup>१</sup> क्रिया थी । तथा अपने आपको समस्त विश्व में परिव्याप्त<sup>२</sup> समझने की क्रिया मानसिक क्रिया थी ।

तृतीय प्रक्रिया में अपने दाये नथुने से श्वास धीरे-धीरे बाहर निकाली, अपनी समस्त दुर्बलता दूर कर दी, आपने कोई आगुरी प्रलोभन पास न आने देने की प्रतिज्ञा की । इसमें श्वास बाहर निकालना शारीरिक क्रिया थी तथा अपने दोषों को बाहर निकालने की क्रिया मानसिक क्रिया थी । यह चौथी क्रिया थी ।

इसके बाद आप कुछ देर विश्राम कर सकते हैं । इस समय आप श्वास को स्वाभाविक विधि से नथुनों में जाने-आने दीजिए । फिर उसी प्रकार साँस को शीघ्र अन्दर खींचिए तथा बाहर निकालिए, जैसे दूर तक चलने के बाद स्वाभाविक होता है । यह श्वास का तीव्र गति से भीतर जाना और बाहर निकलना स्वयं एक प्राणायाम है । इसे नैसर्गिक प्राणायाम कह सकते हैं । इस तरह आराम करने के कुछ देर बाद थोड़ी देर तक अपने फुपफुसों को भीतर श्वास खींचने तथा बाहर श्वास निकालने दीजिए ।

इसके अनन्तर पुनः प्राणायाम आरम्भ कीजिए । अब इस बार दाये नथुने से श्वास अन्दर खींचना आरम्भ कीजिए । पहले की तरह मानसिक क्रिया जारी रखिए । हाँ, दाये नथुने से साँस भीतर खींचिए

१. शारीरिक क्रिया—जरीर मन्त्रणी द्रव्यत ।

२. पन्विष्याप्त—पूरी तरह फैला हुआ ।

बाये नथुने को बन्द रखिए । ऐसा करते हुए इस प्रकार विचार कीजिए—मैं साँस के सग परमात्मा को भीतर ग्रहण कर रहा हूँ । शक्ति के अनुसार श्वास अन्दर खींच लेने के पश्चात् जब तक आराम से सम्भव हो, तब तक श्वास को अन्दर रोक कर रखिए । जिस समय श्वास आपके अन्दर रहे, तब तक ऐसा अनुभव कीजिए—“मैं समस्त विश्व का जीवन हूँ, प्राण हूँ । विशाल ससार को पूर्ण जीवन प्रदान करने वाला मैं हूँ ।”

इसके उपरान्त बाये नथुने से धीरे-धीरे क्रमशः श्वास बाहर निकालिए । इसके साथ ही इस प्रकार चिन्तन कीजिए—“मैं सम्पूर्ण दुर्बलता, अज्ञान, गन्दगी, बदबू बाहर निकाल रहा हूँ । जिस प्रकार सूर्योदय से धुन्ध, कुहरा, सर्दी और अन्धकार मिटते हैं, उसी प्रकार मैं भी अपने विकार बाहर फेंक रहा हूँ ।

इसके अनन्तर साँस को अपनी नाक से बाहर रखने (रोकने) का यत्न कीजिए और प्रत्येक क्रिया का समय बढ़ाने का प्रयास कीजिए ।

कुल मिलाकर इस प्रक्रिया में आठ क्रियाएँ हैं । पहली चार क्रियाओं से आधा प्राणायाम सम्पन्न होता है । दूसरी चार क्रियाओं से उत्तरार्ध पूरा होता है ।

इन क्रियाओं का अभ्यास करते-करते प्राणायाम का काल बढ़ाते जाइए । प्राणायाम में एक स्वर-ताल-गति है । जिस प्रकार पेडुलम दोनों तरफ झूला करता है, उसी प्रकार प्राणायाम में आप अपने श्वास को पेडुलम के समान बनाते हैं । ताल में बँधी चाल से चलाना होता है । इसके बाद आप अनुभव करेंगे कि आपको कितनी शक्ति प्राप्त होती है । इससे आपकी अधिकांश बीमारियाँ आपको छोड़कर भाग जाएँगी । यदि प्राणायाम का ठीक-ठीक (यथा विधि) निरन्तर अभ्यास किया जाए, तो हर एक रोग दूर हो सकता है ।

## प्राणायाम में सावधानी

जब लोग प्राणायाम का अभ्यास करना आरम्भ करते हैं, तो उनमें से अधिकतः रुग्ण हो जाते हैं। इसका कारण यह होता है कि वे स्वाभाविक पद्धति से प्राणायाम नहीं करते। वे इतने सैकिण्ड तक श्वास भीतर खींचते और बाहर निकालते हैं कि रोगी हो जाते हैं। प्राणायाम की प्रत्येक क्रिया आपको स्वाभाविक बनकर करनी चाहिए। अपने को किसी भी दशा में थका मत डालिए। शक्ति से अधिक देर तक प्राणायाम मत कीजिए। जहाँ जरा सी भी थकान प्रतीत हो वहीं रुक जाइए। ठहर जाइए। आप किसी के बंधे हुए नहीं हैं। दूसरे दिन पुनः अधिक सावधानता से शुरू कीजिए। सदा अपनी शक्ति को सुरक्षित बचाकर रक्खिए। विवेक से सभी काम कीजिए।

प्राणायाम की सबसे उपयुक्त विधि ऊपर लिख दी है। इसमें सब प्रकार के शारीरिक व्यायाम का लाभ आ जाता है।

जो मनुष्य यह समझते हैं कि प्राणायाम में कोई गुप्त रहस्य है, कोई दिव्य उद्देश्य निहित है—वे भूल करते हैं। जो यह समझते हैं कि प्राणायाम का फल उच्च कोटि के आत्मानुभव को प्राप्त करना है, वे भी गलती पर हैं। इसमें कुछ रहस्य, अलौकिकता<sup>१</sup> या चमत्कार नहीं है। यह एक साधारण व्यायाम है। जैसे आप शारीरिक कसरत करते हैं, उसी तरह फुफ्फुसों का व्यायाम मात्र है।

एक बात और, जिस समय आप श्वास अन्दर खींचना या बाहर निकालना आरम्भ करें, तब अपने पेट को—शरीर के निचले भाग को गिँचा (तना) रक्खिए। इससे आपको बहुत लाभ होगा। इसके बाद जब आप श्वास अन्दर खींचें या बाहर निकालें, तो श्वास को अपने पूरे पेट में दीड़ने दीजिए। ऐसा नहीं होना चाहिए कि श्वास

१. अलौकिकता = दिव्यता, गैरीयन।

केवल आपके हृदय तक ही जाए और उसके नीचे न जाने पाए । श्वास नीचे गहरे-से-गहरा उतरने दीजिए । अपनी देह का हर एक छिद्र (खाली स्थान), अपने शरीर का ऊपर वाला आधा भाग हवा से भर जाने दीजिए ।

वेदान्त की विधि से जो लोग अपना चित्त एकाग्र करना चाहते हैं, उन्हें ॐ का जाप करने से पहले, वेदान्त-साहित्य में अधीत किसी विधि पर चित्त को एकाग्र करने से पहले, प्राणायाम करना बहुत लाभकारी होगा ।

### चित्त को एकाग्र करने की विधि—‘सोऽहम्’

इस कागज को अभी पढ़ने की आवश्यकता नहीं । राम आपको बतलाएगा कि इसे किस विधि से पढ़ना चाहिए । क्या आपको विदित है कि इसके पढ़ने की विधि जानने से आपका हित होगा । आप इस विधि को अपनी प्रार्थनाओं में प्रयुक्त कर सकते हैं । यह प्रार्थना है, जो आपको अपना ईश्वरत्व अनुभव करने योग्य बनाती है । यह ‘सोऽहम्’ शीर्षक लेख है । इसे आप हर समय अपनी जेबों में रख सकते हैं । जिस समय आपको अपनी चित्तवृत्ति<sup>१</sup> अपने विपरीत प्रतीत हो, जब आप चिन्ता, परेशानी, फिक्र और भय से आक्रान्त<sup>२</sup> हो, तब इस कागज को लेकर एकान्त में जा बैठिए । इसे इस विधि से पढ़िए—

आराम से बैठ जाइए । जैसे कि आप प्राणायाम के समय बैठते हैं । आप चाहे तो आँखें बन्द कर लीजिए । फिर प्रार्थना की भावना से आरम्भ कीजिए ।

१ चित्तवृत्ति—मन की हालत ।

२ आक्रान्त—विषम स्थिति ।

“केवल एक ही तत्त्व है—ॐ ! ॐ !! ॐ !!!”

इसे पढ़िए तथा अब कागज को एक तरफ रख दीजिए । वस, विचार कीजिए—“एक ही तत्त्व है—ॐ ।” यही सत्य है ।

जब आपको विश्वास हो जाए कि सत्य है, तो इसका अनुभव कीजिए । भाव भरी भाषा में कहिए—

‘वस केवल एक ही सत्य है—ॐ’

अपने सम्पूर्ण, अन्तःकरण से—पूरे मनोयोग से कहिए—तथा इसी कल्पना में डूब जाइए—विलीन हो जाइए ।

‘वस, केवल एक ही सत्य है—ॐ ! ॐ !! ॐ !!!’

इससे क्या पता चलता है ? इससे पता चलता है कि आपका मन ‘केवल एक ही सत्य है’ के विचारों में आपका मन निमग्न हो गया । इसके उपरान्त केवल एक शब्द ‘ॐ’ का उच्चारण कीजिए । यह शब्द सारी कल्पना का प्रतिपादक<sup>१</sup> है ।

ॐ नाम पवित्रों का पवित्र है, मंगलों का मंगल है । यह परमात्मा की परम शक्तियों का प्रतीक है । इसका उच्चारण (जाप) कीजिए । और उस समय केवल एक ही सत्य की कल्पना को अन्तःकरण से अनुभव कीजिए । जिस समय आपके ओष्ठ ॐ नाम का उच्चारण कर रहे हों—उस समय अपने सम्पूर्ण चित्त को एक ही कल्पना का अनुभव करने दीजिए—

‘केवल एक सत्य है—ॐ’

इसका स्थूल अर्थ यह है कि यह सम्पूर्ण दृश्य, यह सम्पूर्ण भेदमय विश्व सत्य नहीं है—सत्य केवल एक है—अन्य सारी परिस्थितियाँ सत्य कदापि नहीं ।

—

१. प्रतिपादक = प्रकट करने वाला, कहने वाला ।

सत्य केवल एक है तथा ये बचैन—व्याकुल बनाने वाली परिस्थितियाँ सत्य नहीं है ।

जिन्होंने इस प्रयोग का परीक्षण नहीं किया, जिनकी शक्तियाँ त्रस्त हो गई हैं, केवल वे ही इस सत्य की सत्ता से इन्कार कर सकते हैं ।

यह सिद्धान्त भी उसी प्रकार अमल में लाने योग्य है, जितना कि विज्ञान की प्रयोगशाला (लेबोरेट्री) में किया गया कोई प्रयोग ।

यह ध्रुव सत्य है कि जब आप अपने मन को पिघला देते हैं—द्रवित कर देते हैं, जब आप अपने तुच्छ व्यक्तिगत 'अह' को परमात्म-तत्त्व में विलय कर देते हैं, तब क्या फल होता है ? परिणाम यह होता है, नजरथ के ईसा के शब्दों की तरफ ध्यान दीजिए, परिणाम यह होता है कि यदि सरसों के बीज के बराबर भी विश्वास आप में हो, तो आप यदि पर्वत को आने की आज्ञा दे तो पर्वत तुरन्त चला आएगा ।

इसी सत्य का आप जीवन में प्रयोग करे । इसी सत्यानुभूति<sup>१</sup> को स्वयं प्राप्त करे, इसके बाद आपके सामने आये सारे सकट, क्लेश, दुःख दूर हो जायेंगे । वे विवश होकर दूर हट जायेंगे ।

आप आत्म-तत्त्व की वजाय बाहरी व्यवसाय में अधिक विश्वास रखते हैं, आप मसार को परमात्मा की अपेक्षा अधिक सत्य मान लेते हैं, बाह्य व्यापारों (कर्मों) के बारे में अपने मोह के कारण आपने अपने को एक प्रकार की जड़ता में जकड़ लिया है, इसी कारण आपको नाना प्रकार की शारीरिक तथा मानसिक व्याधियों ने घेर लिया है ।

जिस समय आपका मन बहुत परेशान हो, उस समय इस कागज को उठाकर पढ़िए—

१. सत्यानुभूति = सच्चाई का अनुभव ।

‘बस केवल एक सत्य है—ओ३म्’

यह एक उक्ति उन सभी नाम-मात्र सच्चाइयों से अधिक श्रेष्ठ सच्चाई है, जो सम्बन्धियों के द्वारा जनैः शनैः आपके कान में भर दिये जाते हैं। उनमें सत्य नाममात्र को ही होता है। परन्तु आप उन्हें तथ्य मानते हैं—वास्तव में यह मिथ्या-भ्रम तथा मायाजाल होता है।

इन्द्रियों के जादू ने आपको अपना दास बना रखा है। उनकी छलना में न आइए। एक मनुष्य है, जो आप में दोष निकालता है, आपकी आलोचना करता है, दूसरा मनुष्य आपको बुरे वचन कहता है, गालियाँ देता है।

तीसरा मनुष्य आपकी चाटुकारी करके आपके ‘अह’ को पुष्ट करता है।—ये वचन कुछ भी सत्य नहीं हैं।

वास्तविक सत्य है—ॐ। इसी का स्मरण कीजिए इसी का जाप करते हुए आप अन्य सभी विश्वासों को निकाल बाहर कीजिए। दृश्य-मान<sup>१</sup> रूप-जगत् की सभी परिस्थितियों को उड़ा दीजिए।

अपनी समस्त शक्तियों को, अपने सम्पूर्ण बल को इसी तथ्य में निहित कर दीजिए कि केवल एक ही सत्य है—ॐ ! ॐ !! ॐ !!!

इस मन्त्र के पाठ मात्र से आपका चित्त प्रसन्न, प्रफुल्लित तथा आनन्दमग्न हो जाएगा। आपके सारे कष्ट, सम्पूर्ण यातनाएँ, तमस्स कठिनाइयाँ दूर भाग जाएँगी और आप सुखतता का अनुभव करेंगे।

परन्तु यदि आपकी और आगे पढ़ने की आकांक्षा हो, तो आप सहर्ष पढ़ें। अन्यथा, यदि इसमें से एक यही वाक्य प्रयोग में ला सकें, तो पर्याप्त है।

यदि आप समझते हों कि आपको और शक्ति की आवश्यकता है, तो द्वितीय वाक्य को पढ़िए—

१. दृश्यमान = दिखाई देने वाला।

‘वह सत्य मैं ही हूँ ।’

अरे ! मेरा पड़ोसी मुझसे भिन्न नहीं है, उसमें भी मैं विद्यमान हूँ । वह तत्त्व मैं स्वयं हूँ—ॐ ! ॐ !! ॐ !!!

जिस समय आप ॐ का उच्चारण कर रहे हो, अथवा गान कर रहे हो, या जप कर रहे हो, तब अपने हाथ वन्द रखिए । फिर इस विचार का अनुभव कीजिए, मनन कीजिए । चित्त को एकाग्र करते हुए यह आवश्यक नहीं कि आप अपने को किसी खास आसन में आसीन रखें । ऐसा कोई बन्धन नहीं है । अनुभव करते हुए—मनन करते हुए, विचार को अन्तःकरण में खचित करते हुए, श्वास के साथ अन्दर खींचने का प्रयत्न करते हुए देह की चिन्ता मत कीजिए । इसकी चिन्ता मत कीजिए कि लोग क्या कहेंगे । यदि गाने की इच्छा हो, तो ॐ शब्द को गाते-गुनगुनाते रहिए । यदि लेटे रहने की इच्छा हो, तो जमीन पर लेटे रहिए ।

इस विचार को अनुभव में लाइए कि ‘वह सत्य मैं स्वयं हूँ ।’ यदि आपके हाथ इधर-उधर चलते हैं, तो उन्हें चलने दीजिए । देह के बारे में कोई बन्धन नहीं है । केवल मन को, एक जगह बाँधकर—एकाग्र करके अनुभव तथा चिन्तन कीजिए—सर्वशक्तिमान के भाव का चिन्तन-मनन कीजिए । वास्तविक आत्मा सर्वशक्तिमान है । इस विश्व में जो कुछ हो रहा है, आत्मा के द्वारा हो रहा है । जिस प्रकार, इस धरती पर प्रत्येक बात सूर्य द्वारा हो रही है, सरिता सूर्य के कारण प्रवाहित हो रही है, मनुष्य सूर्य के कारण जागते हैं, गुलाब सूर्य के कारण खिलते हैं; इसी प्रकार आत्मा के कारण ही, सर्वशक्ति रूप परमात्मा के कारण ही संसार का समस्त कार्य-व्यवहार चल रहा है । कहिए—

‘सर्व शक्तिमान् ॐ ! ॐ !! ॐ!!!’



इस प्रकार आपके वे सत्र सशय, जो आपको निर्वल बनाते और परास्त करते हैं. वे सभी भ्रम जो आपको कायर बनाते हैं—वे दूर हट जाएँगे। वे आपके सम्मुख आने का साहस नहीं करेंगे।

### जैसा चाहो वैसे बनो

अनुभव कीजिए कि आप सर्वशक्तिमान हैं—सर्वशक्तिमान आप ही हैं। जैसा विचार आप करते हैं, वैसे ही आप हो जाते हैं। यदि आप अपने को पापी कहेंगे, तो पापी हो जाएँगे। मूर्ख कहेंगे तो मूर्ख बन जाएँगे। निर्वल कहेंगे, तो निर्वल बन जाएँगे और यदि आप अपने को शक्तिमान कहेंगे, तो सर्वशक्तिमान बन जाएँगे। तब विश्व की कोई भी शक्ति आपको नीचे नहीं गिरा सकती। अनुभव कीजिए कि आप ही सब शक्तियों के भण्डार हैं—आप सर्वशक्तिमान हैं।

इसके बाद 'सर्वज्ञ'<sup>१</sup> का भाव आता है। यह सर्वज्ञता का भाव आप अपने अन्तःकरण में ग्रहण करें। मन को इस भाव का चिन्तन-मनन करने में लगाइए। मन को ॐ का गान करने दीजिए। विचारिए कि ॐ नाम सर्वज्ञ का समानार्थक<sup>२</sup> है। ॐ का उच्चारण कीजिए। वह शब्द या सूत्र जिसका उच्चारण, स्मरण या जाप सर्वोपरि<sup>३</sup> है, ॐ है।

इस तरह जपिए। उन बुरे विचारों को जो आपको मोह-पाश में बाँध कर मूढ़ या मूर्ख बनाए हुए हैं, उन्हें परे कर दीजिए। परमात्म-तत्त्व की प्राप्ति का सबसे सीधा मार्ग यही है।

इसी प्रकार 'सर्व व्यापक' भाव का अनुभव तथा मनन कीजिए।

१. सर्वज्ञ = सब कुछ जानने वाला।

२. समानार्थक = पर्याय. समान अर्थ बताने वाला शब्द।

३. सर्वोपरि = सर्व से ऊपर।

मैं व्यष्टि<sup>१</sup>, परिच्छिन्न<sup>२</sup>, तुच्छ, क्षुद्र, अह, या देह नहीं हूँ। मैं परिच्छिन्न (विच्छिन्न=भिन्न) आत्मा नहीं हूँ। जो प्रत्येक अणु-परमाणु में बिधा—पिरोया—ओतप्रोत—व्याप्त है, वह मैं हूँ।

इस विषय में जरा भी संशय मन में न आने दीजिए। सर्व शक्तिमान, सर्वज्ञ सर्व व्यापक परमात्मा—‘वह मैं हूँ’, वही प्रत्येक वस्तु में व्याप्त है, वही मेरी समस्त देह में है।

ॐ । ॐ ॥ ॐ !!!

इसके आगे पाठिए—

‘मैं पूर्ण स्वास्थ्य रूप हूँ ।’

यदि यह देह जिसे आप ‘मेरी’ कहते हैं, रुग्ण है, तो इसे मन से पृथक् कर दीजिए। इसका विचार त्याग दीजिए। इसकी चिन्ता का परित्याग कर दीजिए। आप इसी भाव को मन में लाइए—‘मैं पूर्ण स्वास्थ्य रूप हूँ। पूर्ण स्वास्थ्य मेरा है।’

इस प्रकार की पूर्ण अनुभूति होते ही आपकी देह सर्वथा नीरोग हो जाएगी। यह एक रहस्य की बात है। अभ्यास तथा प्रयत्न करने के उपरान्त आप स्वयं देख सकते हैं कि यह बात सही है या नहीं। आपकी चिन्ता के बिना ही देह स्वस्थ हो जाएगी। आपको इस शरीर की चिन्ता नहीं करनी चाहिए। ईश्वर से यह मत माँगिए—‘हे ईश्वर ! मुझे ठीक कर दे ।’ आप कहिए—

‘मैं पूर्ण स्वास्थ्य रूप हूँ ।’

संस्कृत की धार्मिक पुस्तकों में एक वाक्य आया है—

नाऽयमात्मा बलहीनेन लभ्यः ।

—दुर्बल मनुष्य इस आत्म तत्त्व को नहीं प्राप्त कर सकते। क्या

१. व्यष्टि=व्यक्ति ।

२. परिच्छिन्न=औरो से कटा, अलग-थलग ।

आप नहीं देखते कि यदि आप किसी देश के राष्ट्रपति या सम्राट् के पास जाते हैं, तो यदि आप भिखारी बनकर जाते हैं, तो दूर से ही आपको धुड़क दिया जाता है, तथा उसके पास भी नहीं फटकने दिया जाता। इसी तरह यदि आप फकीर बनकर ईश्वर के पास जाएँगे, तो आप को धक्का देकर बाहर निकाल दिया जायगा। अतः अभिन्न<sup>१</sup> होकर ईश्वर से मिलिए। कहिए और विचार कीजिए—‘मैं पूर्णतया स्वस्थ हूँ।’ ईश्वर से कोई वस्तु मत माँगिए। कहिए ‘मैं स्वस्थ हूँ’—आप सचमुच स्वस्थ हो जाएँगे।

इसके उपरान्त विचार है—‘सम्पूर्ण शक्ति मैं हूँ।’ इस भाव को अन्तःकरण में लाकर कहिए ॐ ! ॐ !! ॐ !!! इसका अर्थ है—सर्व-शक्तिमान् मैं हूँ।

इसके बाद विचार आता है—‘सारा संसार मेरा संकल्पमात्र है।’ इसको अंगीकार<sup>२</sup> कीजिए, इस पर विचार कीजिए, इसका मनन कीजिए। इस पर विचार करते हुए उन प्रमाणों को ध्यान में लाइए जिन्हें वेदान्त ने प्रस्तुत किया है। इस तथ्य की सिद्धि में आपको जो कुछ विदित है उसका मनन कीजिए। यदि आपने पहले कभी यह बात सुनी या पढ़ी नहीं—‘सारा संसार मेरा संकल्प मात्र है।’ तो भी इस पर आप विश्वास कीजिए। तब निरन्तर चिन्तन-मनन कीजिए—अभ्यास कीजिए। अकस्मात् आपको यह भान<sup>३</sup> होने लगेगा कि नारी दुनिया आपको कल्पना मात्र है। संसार मेरी कल्पनामात्र है—ॐ !

### अपने निर्मल रूप का ध्यान

इस प्रकार विचार कीजिए—मैं सम्पूर्ण आनन्द हूँ। मैं सर्वज्ञ हूँ।

१. अभिन्न—एक, अग्रतः।

२. अंगीकार—स्वीकार।

३. भान—प्रतीति, महसूस।

मैं सम्पूर्ण सत्य हूँ । मैं सम्पूर्ण प्रकाश हूँ । मैं निर्भय हूँ । मैं राग-द्वेष से रहित हूँ । मैं सब इच्छाओं की पूर्ति हूँ । मैं परमेश्वर हूँ । मैं सब कानों से सुनता हूँ । मैं सब नयनों से देखता हूँ । मैं सब चित्तों से चिन्तन करता हूँ । जो मेरा सत्य स्वरूप है साधु-महात्मा उसी को जानने की कामना किया करते हैं । नक्षत्रों तथा सूर्य से जो प्राण तथा प्रकाश प्रसारित होता<sup>१</sup> है वह मैं हूँ ।

### एक कथा

हिन्दू-कथाओं में एक बड़ी मनोहर कथा आई है । किसी समय एक बड़े विद्वान् महात्मा थे । वे कुछ मनुष्यों को पवित्र कथाएँ सुनाया करते थे । एक बार गाँव की ग्वालिन ने महात्माजी के पास होकर गुजरी । उस समय महात्माजी लोगों को कथा सुना रहे थे । ग्वालिनो ने उस विद्वान् महात्मा के मुँह से ये वचन श्रवण किये—

“परम पवित्र परमात्मा का नाम एक बड़ा जहाज है, जो हमें संसार-सागर से पार कर देता है । इस प्रकार मानो कि समुद्र एक छोटा-सा तालाब हो, बिल्कुल कुछ भी नहीं हो ।”

ग्वालिनो ने उस कथन का केवल शब्दार्थ (वाच्यार्थ) ही लिया । उनका उस कथन पर विश्वास जम गया । उन्हें दूध बेचने के लिए प्रतिदिन नदी के उस पार जाना पड़ता था । ग्वालिनो ने चित्त में सोचा—“वह पवित्र वचन है, महात्मा का वचन असत्य नहीं हो सकता ।” उन्होंने सोचा—“अब हम प्रतिदिन एक आना केवट को उतराई क्यों दे ? परमात्मा का पवित्र नाम जपते हुए—ॐ, ॐ, करते हुए हम क्यों न सरिता के उस पार चली जाएँ ।” उनका विश्वास वज्र की न्याई कठोर तथा सुदृढ़ था ।

---

१. प्रसारित होता= फैलता ।

दूसरे दिन वे नदी-तट पर आई । केवट को कुछ न दिया और ॐ का जाप आरम्भ कर दिया । इसके बाद उन्होंने नदी पार करना आरम्भ किया । वे नदी के पार तैर गई और उन्होंने केवट को कुछ भी न दिया । वे डूबी नहीं । इस तरह ही हर रोज वे नदी पार करने लगी । वे केवट को कुछ भी नहीं देती थी ।

कोई एक मास बाद उस महात्मा के प्रति, जिसने अमूल्य वचन सुनाए थे, और ग्वालिनो का पैसा बचाया था, कृतज्ञता की भावना उन ग्वालिनो के चित्त में जागी । उन्होंने महात्मा को अपने घर पर भोजन के लिए निमन्त्रित किया ।

महात्मा ने निमन्त्रण स्वीकार कर लिया । निश्चित तारीख को नियमित समय पर एक ग्वालिन महात्माजी को लिवाने आई । वह महात्माजी को अपने गाँव ले जा रही थी । जब वे नदी पर पहुँचे, तो ग्वालिन तो एक क्षण में दूसरे किनारे पर जा पहुँची, किन्तु महात्मा जी परली पार ही रह गये । वे ग्वालिन के साथ नदी के पार न जा सके । कुछ समय के उपरान्त ग्वालिन पुनः वापिस आई । उसने महात्माजी से देरी करने का कारण पूछा । महात्मा ने उत्तर दिया —“मैं केवट की प्रतीक्षा कर रहा था । केवट आता तो मुझे दूसरे किनारे ले जाता ।” ग्वालिन ने कहा—“‘महात्मन्’ हम आपकी अत्यन्त कृतज्ञ हैं । आपकी दया से हमारे पैसे बच गए । वलिकि सिर्फ पैसे बचे ही नहीं, अब तो हमें जीवन-भर केवट को एक पैसा भी देने की आवश्यकता न रहेगी । आप भी अपना पैसा क्यों नहीं बचाने ? हमारे साथ उस पार क्यों नहीं जाते ? आपकी शिक्षा तथा उपदेष्टा के नाग्न ही, बिना किसी प्रकार का नुकसान उठाये हम उस पार से उस पार चली जाती हैं, आप भी परले किनारे पर जा सकते हैं ।”

महात्मा ने पूछा—“ऐसी कौन-सी शिक्षा थी, जिसने तुम लोगों के पैसे की बचत की ?”

ग्वालिन ने कहा—“स्मरण कीजिए, आपने कहा था—ईश्वर का नाम जलयात्रा है, जो ससार-सागर से पार करता है।”

महात्मा ने कहा—“ठीक है, सर्वथा ठीक है। मैं भी उस पर आचरण करूँगा।”

अब महात्मा के और साथी भी थे। एक बहुत लम्बा रस्सा पड़ा हुआ था। उस महात्मा ने वह रस्सा अपनी कमर से बाँधा तथा उस रस्से के शेष भाग के बारे में साथियों से कहा कि वे उसे अपने पास रखें, मैं ईश्वर का नाम लेकर नदी में कूद रहा हूँ। केवल विश्वास आधार पर नदी पार जाने की हिम्मत कर रहा हूँ। परन्तु ध्यान रखना, यदि कहीं मैं डूबने लगूँ, तो रस्सा खींच कर मुझे बचा लेना।”

इसके बाद वह महात्मा नदी में कूद पड़ा। परन्तु कुछ ही कदम आगे बढ़ने पर वह लगा डूबने। तब उसके साथियों ने रस्सा खींचकर उसे बाहर निकला।

जिस प्रकार की श्रद्धा उस महात्मा में थी, वह तो बाह्य श्रद्धा है। वह विश्वास ऊपरी है। वह रक्षा का बीजमन्त्र कभी नहीं बन सकता।

यदि आपके चित्त में तो कुटिलता है तथा आप ॐ का उच्चारण आरम्भ करते हैं या परमात्मा का नाम लेकर कहते हैं—“मैं पूर्ण स्वास्थ्य रूप हूँ, मैं पूर्ण स्वास्थ्य रूप हूँ” परन्तु मन में डरते-काँपते रहते हैं, मन में तो अगर-मगर और किन्तु-परन्तु की शका होती रहती है—‘यदि मैं डूबने लगूँ तो मुझे बचा लेना’ जैसी तुच्छ सकीर्णता विद्यमान है, तो आपके मन में कोई दृढ़ विश्वास, कोई पक्का निश्चय, कोई सच्ची श्रद्धा नहीं है।

यह एक सच्चाई है कि विश्व के समस्त भेदभाव सारी परिस्थि-

तियाँ, सम्पूर्ण वातावरण मेरी ही कृति है—इसके सिवा अन्य कोई बात नहीं है।

तुम परमात्मा हो, ईश्वरो के ईश्वर हो। ऐसा ही मानो, विश्वास करो, निश्चय और सकल्प करो। इसी पल ऐसा अनुभव करो। अपने विश्वास को अटल बनाओ। इस व्यावहारिक तत्व ज्ञान को प्राप्त करो। तब आपके किन्तु-परन्तु और यद्यपि-तथापि सब दूर हो जाएँगे।

यदि आपका अपने परमात्म-भाव से लगातार सम्पर्क रहा तो क्षुद्र 'यद्यपि' का स्वयं लोप हो जाएगा।

सभी सन्देह अज्ञान के कारण हैं। अज्ञान दूर होते ही पल भर में सारे सन्देह उसी प्रकार दूर हो जाते हैं जैसे सूर्योदय होने पर अन्ध-कार नष्ट हो जाता है।

यदि आप सत्य को उसके पूर्ण रूप में, पूर्ण प्रभावशाली एवं सुन्दर रूप में ग्रहण करना चाहते हैं, तो वेदान्त आपके लिए विद्यमान है। भले ही आप इसे कुछ भी नाम क्यों न दें, परन्तु पूर्ण सत्य ज्ञान यही है।

हिन्दू धर्म ग्रन्थों में महर्षि इसे अत्यन्त स्पष्ट शब्दों तथा निर्मल भाषा में प्रस्तुत कर गये हैं। यह सर्वात्म सत्य है—“तुम्ही परमात्मा हो, ईश्वरो के ईश्वर तुम्ही हो, ‘वही तुम हो’।” इसे समझिए, चिन्तन कीजिए, मनन कीजिए। तब आपको किसी से भी हानि नहीं पहुँच सकेगी।

आप ईश्वरों के ईश्वर हैं। यह सत्य है, इसे पूर्ण श्रद्धा से दोहराएँ—“संसार मेरा सकल्प है, मैं ईश्वरों का ईश्वर हूँ।”

यदि आपको इस प्रकार की बातें सुनने का अभ्यास नहीं तो कुछ उर नहीं। यदि आपके पूर्वजों की दृष्टि में श्रद्धा नहीं थी तो क्या हुआ? आपके पूर्वजों ने अपनी पूरी शक्ति से काम किया। आपको

अपनी पूरी शक्ति से काम लेना है। आपकी मुक्ति तथा आपके पूर्वजों का उद्धार आपके कर्मों पर आश्रित है।

वेदान्त को पराया मत मानिए, यह आपके लिए अत्यन्त स्वाभाविक है, क्या आपकी अपनी आत्मा आपके लिए पराई है? वेदान्त का केवल इतना ही कहना है—

आत्मा को जानिए। अपने को पहचानिए।

अपने सत्य स्वरूप का साक्षात्कार कीजिए। तब आपकी सब प्रकार की शारीरिक, मानसिक, नैतिक, आध्यात्मिक चिन्ताएँ सर्वथा दूर हो जायेगी।



## संयमी ग्रहस्थ—ब्रह्मचारी के समान

### सन्तति-निरोध का महत्व

हैनरी ड्रमड ने घोर प्रयत्न किया कि इन प्रक्रियाओं के विशिष्ट<sup>१</sup> स्वरूप को सिद्ध कर सके, परन्तु अपने भारी प्रदर्शन के बावजूद वह डारविन या हक्सले से एक इंच भी दूर नहीं जा सका । न ही वह उन तथ्यों से इनकार कर सकता है, जिनसे कोई भी व्यक्ति, जो होश में हो, कभी इनकार नहीं कर सकता है कि यदि माली निरन्तर निरायी करता हुआ अवांछित<sup>२</sup> पौधों और झाड़ियों की काट-छांट न करता और उगाये पौधों की होने वाली निरन्तर बेतहाशा वृद्धि पर रोक न लगा दे तो शीघ्र ही उद्यान में अनियन्त्रित (जंगली) वृद्धि-प्रक्रिया पुनः स्थापित हो जाएगी, जिससे उद्यान की दुर्दशा हो जाएगी और पुरानी, निर्दयतापूर्ण 'जीवित रहने के लिए संघर्ष की स्थिति' हो जाएगी । जिससे शान्ति तथा सम्पन्नता का नियम नष्ट हो जाएगा ।

### जनसंख्या बढ़ने से संघर्ष

ठीक इसी प्रकार, किसी जाति में, यदि आबादी सम्भव विस्तार की सीमा तक जा पहुँचती है और अधिक बढ़ी आबादी की छटनी करने का कोई उपाय नहीं किया जाता, तो घोर संघर्ष अवश्य उत्पन्न हो जाएगा, जिससे शान्ति नष्ट हो जाएगी तथा नैतिक प्रक्रिया का ह्रास<sup>३</sup> होता चला जाएगा । इससे चरित्र-सम्बन्धी उपदेश व्यर्थ हो जाएँगे और

१. विशिष्ट = गान ।

२. अवांछित = अनचाहे ।

३. ह्रास = गमी होना ।

ईश्वरीय आदेश निष्फल हो जाएँगे। इस प्रकार के अवसरों पर अनिवार्य रूप से भ्रष्टाचार पनपता है तथा राष्ट्र का पतन आरम्भ हो जाता है। रोम, यूनान अथवा अन्य किसी भी राष्ट्र के ह्रास तथा पतन की तह में, यही जनसंख्या का प्रश्न निहित दिखाई देता है। भारत इस सकटपूर्ण जनसंख्या-वृद्धि के बिन्दु तक काफी समय पहले ही पहुँच चुका है कि इस बुराई की जड़ को उखाड़ने के लिए हमने कुछ भी नहीं किया।

इस धरातल पर कोई भी देश न तो इतना निर्धन है तथा न इतनी अधिक जनसंख्या वाला है, जितना भारत है। एक औसत भारतीय परिवार सम्पूर्ण राष्ट्र की स्थिति का परिचायक (नमूना) है। आय के अत्यन्त क्षीण साधन और न केवल प्रतिवर्ष द्विगुणित होते मुँह जिनके भोजन की समस्या आ खड़ी होती है; बल्कि अर्थहीन क्रूर रीति-रिवाज जिन पर अनुचित रूप से भारी व्यय किया जाता है, कायम हैं।

यदि एक अस्तबल में घोड़ों के लिए चारा-दाना हो, जो कि एक या दो के लिए काफी हो और उसमें घोड़े बहुत अधिक संख्या में रख दिये जाएँ तो वे भी आपस में लड़ते-लड़ते मर जाएँगे। अशान्ति का कारण दूर न करना और शान्ति के लिए उपदेश देना, उपदेश की भी हँसी उड़ाना ही है। हमारे देशवासी हृदय से दम्बू (नम्र) तथा शान्ति-मय है। इसमें सन्देह नहीं है कि उनका हृदय चाहता है कि शान्ति कायम रहे, परन्तु वे ईर्ष्या तथा स्वार्थ भावना से छुटकारा कैसे पा सकते हैं जबकि मांस की (शारीरिक) दुर्बलता उनके ऊपर स्थिति की आवश्यकता के कारण ठोसी जाती है।

### जनसंख्या और राष्ट्रीय एकता

यदि जनसंख्या की समस्या सुलझाये बिना छोड़ दी जाती है तो राष्ट्रीय एकता की सारी बातें और आपसी मेलजोल के सभी नारे

कल्पना के महल ही सिद्ध होंगे; हमें इस अत्यन्त कठिन पहेली को अवश्य सुलझाना होगा; अन्यथा हम मर जाएंगे। सहानुभूति तथा रवायुहीनता, शरीर विज्ञान के सिद्धांतों के अनुसार, इस प्रकार के सामाजिक वातावरण में नहीं पनप सकती, जहाँ हमारे साथियों द्वारा प्रतिदिन पीड़ा तथा कष्ट का प्रदर्शन किया जाता है। इस प्रकार की बहुजनसंख्या वाली दरिद्रता जो कि चारों ओर छायी हुई है, उसके रहते ऐसी आकांक्षा करना आशा के विपरीत होगा कि भारतवासियों में सहानुभूति तथा प्रेम की भावनाओं का विकास हो सकेगा। भौतिकी के विद्यार्थी जानते हैं कि पदार्थ एक पिंड, चाहे वह किसी प्रकार का हो अपने आन्तरिक सन्तुलन को तभी तक बनाये रह सकता है, जब तक कि उसके निर्माता अंश अपने सहवासियों से बराबर दूरी की स्थिति पर रहे, ताकि प्रत्येक मोलीक्यूल अपनी रिदमिक चेष्टा को जारी रख सके और अपने इर्दगिर्द रहने वाले मोलीक्यूलों की चेष्टाओं में बाधा न डालने वाली दूरी पर रह सके। अब भारत की भारी जनसंख्या पर आइए। क्या इसकी व्यक्तिगत इकाइयाँ अपनी रिदमिक चेष्टाओं को बिना दूसरों के संघर्ष में आए, जारी रख सकती हैं? क्या उनके पास स्वतन्त्र स्वाभाविक चेष्टाओं के लिए पर्याप्त रिक्त स्थान (Space) विद्यमान है? यहाँ तो यदि एक खाता है, तो अवश्य दस को ही उसके पीछे भूखा रहना पड़ता है। अतएव आपको राष्ट्रीय सन्तुलन को सुरक्षित रखने के लिए तुरन्त ही उचित उपाय करने होंगे। नहीं तो, भारत के लिए एकमात्र आशा अनियन्त्रित प्राकृतिक जंगल बन जाने में ही है जिसे महर्षि वशिष्ठ ने इस प्रकार की चरम सीमा के मामलों में, जैसा कि हमारा है, अनिवार्य बताया है, कहा है कि महामारी, अकाल, ध्वंसक युद्ध तथा भूकम्प के रूप में होगा। इस बुराई की चरम सीमा तक हम पहुँच चुके हैं। अब उतना इलाज क्या है? वह कई प्रकार का है—

## विदेश-गमन का महत्व

१. हमारे देश से यह भावना तुरन्त नष्ट होनी चाहिए कि यदि हम भारत से बाहर गये तो स्वर्ग के अधिकारी नहीं रहेंगे। बहुत-से लोगो को अवश्य ही चिरकाल के लिए इस देश से अन्यत्र चले जाना चाहिए, और इतने अधिक भारतीयों को यहाँ से अवश्य चले जाना चाहिए जो यहाँ नहीं रह सकते। उन्हें देश छोड़कर विदेशों में जा कर बस जाना चाहिए। अपने को कुँएँ का मेढक बनाने में क्या लाभ या आनन्द है? क्या आप इस बात को कभी नहीं देखेंगे कि आप इस सुन्दर भारत को अपने लिए दमघोड़ कालकोठरी बना रहे हैं?

## संयम का महत्त्व

२. जब आर्य लोग भारत में बसे, उस समय अधिक सन्तान होना वरदान समझा जाता था। परन्तु वे समय अब बीत गये। अब तो बल्कि विपरीत स्थिति हो गई है। और अधिक भीड़भाड़ वाली जनसंख्या को देखते हुए, बड़ा परिवार होना एक शाप बन गया है।

विचारहीन व्यक्ति जो अब भी इस बचकाना विचार से चिपटा हुआ है कि मृत्यु के बाद स्वर्ग में उसका स्थान अभी सुरक्षित रह सकता है यदि उसके काफी बच्चे हों—उस व्यक्ति को अब अपनी आँखें खोलनी चाहिए और देखना चाहिए कि यहाँ तक कि मृत्यु से पूर्व ही वह अपने घर को नरक बना रहा है; क्योंकि आधुनिक भारत में वह अधिक सन्तान उत्पन्न कर रहा है। अर्जुन के मन में ठीक यही विचार था कि पुत्र स्वर्ग का कारण होते हैं, जबकि श्रीकृष्ण ने श्रीमद्-भगवद्गीता में इन्द्रियो के भोगों से युक्त स्वर्ग की कामना की निन्दा की थी—

यामिमां पुष्पितां वाचं प्रवदन्त्यविपश्चितः ।  
 वेदवादरताः पार्थ नान्यदस्तीति वादिनः ॥  
 कामात्मानः स्वर्गपराः जन्मकर्मफलप्रदाम् ।  
 क्रियाविशेषबहुलां भोगैश्वर्यगतिं प्रति ॥  
 भोगेश्वरप्रसक्तानां तयापहृतचेतसाम् ।  
 व्यवसायात्मिका बुद्धिः समाधौ न विधीयते ॥  
 त्रैगुण्यविषयाः वेदाः निस्त्रैगुण्योभावार्जुन ।  
 निर्वन्द्यो नित्यसत्त्वस्थो निर्योगक्षेम आत्मवान् ॥

—गीता, अध्याय २, श्लोक ४२ से ४५ तक

—“हे अर्जुन ! जो सकामी<sup>१</sup> पुरुष केवल फल में प्रीति रखने वाले स्वर्ग को ही परम श्रेष्ठ<sup>२</sup> मानने वाले, इससे बढ़कर और कुछ नहीं है, ऐसा कहने वाले हैं, वे अविवेकी<sup>३</sup> जन जन्मरूप कर्म-फल को देने वाली और भोग तथा ऐश्वर्य की प्राप्ति के लिए बहुत-सी क्रियाओं के विस्तार वाली, इस प्रकार की जिस दिखाऊ शोभायुक्त वाणी को कहते हैं । उस वाणी द्वारा हरण किये गये चित्त वाले तथा भोग और ऐश्वर्य में आसक्ति वाले उन पुरुषों के अन्तःकरण में निश्चयात्मक बुद्धि नहीं होती है । और हे अर्जुन ! सब वेद तीनों गुणों (सत्य, रज, तम) के कार्य रूप ससार को विजय करने वाले अर्थात् प्रकाश करने वाले हैं, इसलिए तू असंसारी अर्थात् निष्काम<sup>४</sup> तथा सुखदुःख आदि द्वन्द्वों से रहित होकर नित्य वस्तु में स्थित, तथा योग-क्षेम को न चाहने वाला तथा आत्म-परायण<sup>५</sup> बन जा ।”

१. सकामी = लच्छा लेकर कार्य करने वाले ।

२. परम श्रेष्ठ = सर्वोत्तम ।

३. अविवेकी = जिन्हें भले-बुरे तथा कर्तव्य-अकर्तव्य का पता न हो ।

४. निष्काम = काममार्गों में रहित ।

५. आत्म-परायण = आत्मा में लीन, अपने में सन्तुष्ट ।

इन श्लोकों की भावना को हृदय में धारण करना, स्वतन्त्रता की भावना को हृदय में धारण करना और विजय प्राप्त करना है। हमें अपने देश से इस सबसे बड़े बरबाद करने वाले सिद्धान्त को सर्वथा दूर कर देना चाहिए जो अब तक हमें अपने प्रवाह में बहाता रहा है—‘विवाह करो, अज्ञान से सन्तान की खूब वृद्धि करो, जिन्दा रहो और बन्धन में मर जाओ।’ अब हम अपने पिछड़ेपन के लिए मुसलमान शासकों को दोष देते हैं, फिर हम ब्रिटिश सरकार पर दोष लगाते हैं, इसके बाद हम भारतीय धर्मों को इसके लिए उत्तरदायी बताते हैं, इसके उपरान्त हम शिक्षा-प्रणाली पर दोषारोपण करते हैं। इस प्रकार की आलोचना में, शायद हम कुछ हद तक ठीक भी हो सकते हैं, परन्तु वास्तविक दोष हमारी अपनी अपवित्रता का है, जो विश्व के सबसे पवित्र सम्बन्ध को भी दोषपूर्ण बना देती है, उस सम्बन्ध को जो हम सब भारतीयों को पैदा करता है और हमें वही बताता है जो कुछ हम हैं—अर्थात् विवाह सम्बन्ध। इस अत्यन्त महत्वपूर्ण तथा सभी सस्थाओं से पवित्र सस्था की ओर हम अत्यन्त असावधानता से अत्यन्त अवैज्ञानिकता से तथा अत्यन्त लज्जाजनक ढंग से ध्यान देते हैं। आपकी तमाम जन्मपत्रियों, ज्योतिषियों की गणनाओं, लग्न-मुहूर्त को पूर्ण करने के बावजूद—भारत में विवाह असमय होते हैं, अशुभ और अपवित्र होते हैं। कोई भी ग्रह-नक्षत्र अपने पवित्र गृहों में निवास नहीं कर सकते, जब वे देखते हैं कि उनके प्रभाव के नाम पर, जोड़े विवाह करने जा रहे हैं। वे ग्रह-नक्षत्र अपनी-अपनी स्थितियों में विचलित होते और काँप उठते हैं, क्योंकि ये विवाह पशुओं से भी हीन होते हैं। एक जोड़े के विवाह को, जो कि अपना निर्वाह करने की भी क्षमता नहीं रखता, उन्हें पवित्र बनाने की अपेक्षा विवाह के समय उच्चारण किये गए मन्त्र अपने गुणों को खो देते हैं और वे अपनी शक्ति खोकर व्यर्थ हो जाते हैं। फूल अपने सौन्दर्य को कैसे

धारण कर सकते हैं जबकि उनका उपयोग उस अपवित्र संस्कार में किया जा रहा हो जो दो दिवालिया व्यक्तियों को जोड़ने के लिए की गई हो ताकि वे अयोग्य, असमर्थ, मूल्यहीन, बेकार सन्तान को पैदा करके देश की जनसंख्या की भीड़ को और अधिक बढ़ा सकें।

नवयुवको ! वन्द करो, इसे वन्द करो ! अरे नौजवानो ! आप ही भारत की भविष्य की आशा हो। आप ही इसे वन्द करो। सदाचार के नाम पर, भारत के नाम पर, अपने लिए तथा अपने उत्तराधिकारियों के लिए मैं आपसे प्रार्थना करता हूँ कि देश में अविवेकपूर्ण असमय, अन्धाधुन्ध विवाहो को वन्द करो। ऐसा करोगे तो इसमें जनता पवित्र हो जाएगी और कुछ हद तक इससे जनसंख्या की समस्या हल होगी।

मान लीजिए कि ये सुझाव अस्वाभाविक है—कुदरत के खिलाफ है, परन्तु यदि ऐसा सोचकर आप अन्धाधुन्ध विवाहो को और अविवेकपूर्ण सन्तानोत्पत्ति को जारी रखेंगे तो आपको अकाल और मृत्यु का शिकार होने के रूप में दण्ड मिलेगा। यह कोई अत्युक्ति<sup>१</sup> नहीं है यह एक कठोरतम सत्य तथा क्रूर वास्तविकता है। क्या (गाँवों में) वाल विवाह करना तथा विधवा का विवाह न करना संसार में अस्वाभाविक नहीं है ? सूर्य के नीचे, किसी भी सभ्य जाति से पूछकर देखिए, क्या आपमें मानवता का लेशमात्र भी बाकी बचा है ? तब आप विश्राम कैसे कर सकते हैं, जब तक कि आप अमानवीय, प्रकृति-विन्द कुरीतियों को दूर न करें ? विधवा के बच्चे के कोमल हाथ अनजाने ही सहायता पाने के लिए आगे बढ़े हुए हैं। जीवित सतियाई इंच-इंच करके आपकी कुरीतियों की चिताओं में जल रही हैं। दिव्यता अपनी मायूम आँखों में आँसू बहाती आपकी ओर देख रही है और आपमें

१. अत्युक्ति—बड़ा-जडाकर नहीं गई बात।

सहायता की याचना कर रही है कि आप उन्हें अपने बुरे रीति-रिवाजों से बचाएँ ।

कब तक आप रुदन करती भवानी (भारतीय नारी) से पीठ मोड़ें रहेंगे ? कब तक उसके करुण रुदन की तरफ आप कान बन्द किये रहेंगे ? क्या आप चाहते हैं कि वह चंडी का रूप धारण करे, रक्त की प्यास लेकर बदले के लिए तैयार हो जाए ? यदि उसने क्रुद्ध दृष्टि डाली, तो पृथ्वी काँप उठेगी, भूकम्प आ जाएगा । लोग कहते हैं शान्ति, शान्ति ! आप देश में तब तक शान्ति की आशा कैसे कर सकते हैं, जब तक कि आप भवानी को प्रसन्न नहीं करते ? योरोप में जितने ही निम्न वर्ग के लोग हैं, उतनी ही जल्दी वे विवाह करते हैं, परन्तु इतनी छोटी अवस्था में कहीं भी विवाह नहीं होते, जैसे कि हिन्दुस्तानी लोगों में होते हैं । विदेशों में, ऊँचे वर्ग के लोग तीस वर्ष की अवस्था से पूर्व शादी नहीं करते । उनका विचार होता है कि बच्चे कम हों, परन्तु हों स्वस्थ और योग्य ।

हरबर्ट स्पेसर ने अपने 'शरीर विज्ञान के सिद्धान्त' में दिखलाया है कि ऊँचे दर्जे के मानसिक विकास में सन्तान उत्पन्न करने की शक्ति अवश्य ही कम हो जाती है । हम कब तक इतने नीचे गिरे रहेंगे और पशुओं की तरह अन्धाधुन्ध सन्तान पैदा करते रहेंगे ? हमारे अपने शास्त्रों के अनुसार भी, ब्रह्मचर्य की बड़ी महिमा कही गई है । शास्त्र इसकी प्रशंसा करते नहीं थकते । पवित्रता के बिना मनुष्य में न तो शारीरिक शक्ति हो सकती है और न आध्यात्मिक शक्ति । मानव शक्ति का वह अंश जो काम-सम्भोग सम्बन्धी चेष्टाओं में तथा काम-वासना सम्बन्धी विचारों में व्यय होता है, जब उसे नियन्त्रण में कर लिया जाए, वह सरलता से ओज में परिवर्तित हो जाता है । उससे अक्षय आध्यात्मिक शक्ति प्राप्त होती है ।



आपको काम-सम्भोग सम्बन्धी इच्छा को वश में करना होगा । जो पाशविक<sup>१</sup> इच्छा को वश में नहीं कर सकता, वह भूख है । वह अत्यन्त गम्भीर सम्बन्ध—काम सम्बन्धी विषय को तुच्छ तथा हीन बना देता है । वह नहीं जानता कि अपने रक्त को ही वह व्यर्थ बहाता है । वीर्यनाश से वह हर प्रकार की दुर्बलता को आमंत्रित करता है । सब प्रकार के पापों का मूल कारण इस दिव्य शक्ति का गलत प्रयोग ही है, मानो गलत स्थान पर प्रयोग करके व्यक्ति अपने धन को धूल में बदल रहा हो । 'पाशविक' विशेषण यह बतलाता है कि काम-वासना की इच्छा नीचे दर्जे की इच्छा है । जानवर वास्तव में निम्न तथा मूढ़ होते हैं । उनमें सन्तानोत्पत्ति का विचार विवेकपूर्ण नहीं होता । अन्धाधुन्ध सन्तान उत्पन्न करने के कारण ही उनमें एक-दूसरे का खून बहाने के लिए संघर्ष होता है, इसीलिए उनके इस व्यवहार पर यह कलंक लगा है । तथापि पशु विल्कुल अवोध होते हैं । केवल काम-सम्भोग के हेतु काम-वासना वे नहीं जानते । मानव को पशुओं की अपेक्षा ऊँचा समझा जाता है; परन्तु उसी परिमाण में, जहाँ तक कि वह तर्क द्वारा अपनी वासनाओं को वश में रख सके । परन्तु जो मनुष्य पशुओं के समान नीच हो, जो अन्धाधुन्ध सन्तान पैदा करता जाए, वह तो पशु से भी नीचे गिर जाता है; क्योंकि वह अनावश्यक, दूषित, काम-सम्भोग की इच्छा भी रखता है, जिसका सन्तान से सम्बन्ध नहीं । फिर वह कितना नीचे गिर सकता है और कितना भ्रष्ट हो जाता है, उसकी कल्पना ही की जा सकती है ।

### पवित्रता की रक्षा आवश्यक

पवित्रता ! पवित्रता ! सर्गियों के जोर में आपको पवित्रता की

---

१. पाशविक—पशु जैसा ।

रक्षा करनी होगी । नही तो विकासीय सघर्ष का निर्दय चक्र आपको कुचल देगा । आज आपकी आशा का आधार एक मात्र पवित्रता ही है । जिस प्रकार विकास की प्रक्रिया ने आप पर निकट-सम्बन्धियों में विवाह न करने का आदेश ढोंसा है, इसी प्रकार आपके जीवित रहने की पहली शर्त यह है कि आपके मन पवित्र हों और उनमें काम-विकार न हो ।

हे भारत के लोगो ! यदि आपमें सयम<sup>१</sup> का अभाव रहा तो, आप जीवित नहीं रह सकते । यह कहना आपको कठोर लगता होगा; परन्तु आपको सयम (इन्द्रिय-निग्रह) अपनाना ही होगा, आपको अपने शरीर के लिए, आपको अपने मस्तिष्क के लिए, आपको अपने धर्म के लिए, इस संसार के लिए और परलोक के लिए—आपको पूर्णतया पवित्र आचरण वाला बनना होगा । पवित्रता के बिना आपकी वीरता नहीं टिक सकती, पवित्रता के बिना आपकी एकता नहीं हो सकती, पवित्रता के बिना आपके देश में शान्ति नहीं हो सकती ।

### शिक्षा का महत्व

शिक्षा—अमेरिका तथा इंग्लैंड में, स्कूली शिक्षा से रहित व्यक्ति भी, दूसरे विश्वविद्यालयों के अडरग्रेजुएट्स की अपेक्षा अधिक समझदार है । कारण क्या है ? उनकी संस्कृति का मुख्य स्रोत<sup>२</sup> सस्ता दैनिक प्रेस (समाचारपत्र) है । इंग्लैंड, जापान तथा अमेरिका में समाचार पत्र प्रतिदिन इतने ज्ञान का प्रसार करते हैं कि जितना विश्वविद्यालयों द्वारा भी नहीं किया जाता । हम अपनी सरकार तथा अन्य संस्थाओं का धन्यवाद करते हैं कि उन्होंने कुछ सीमा तक देशी शिक्षा का प्रसार किया है, परन्तु व्यवहारतः यह 'नहीं' के बराबर है । हम

१. सयम—इन्द्रियो को वश में रखना ।

२. स्रोत—निकास ।

अपने जनसाधारण की निरक्षरता तथा स्त्रियों की अशिक्षा के लिए किसी अन्य को दोष नहीं दे सकते—इसका सारा दोष हम पर आता है। स्त्रियों की स्थिति भयंकर रूप से अन्धकारपूर्ण तथा अज्ञान में भरी है। अधिक सन्तान पैदा करने का चक्कर छोड़कर, उसी शक्ति का प्रयोग स्त्री जाति को शिक्षित करने में करो। जनसाधारण को शिक्षित बनाने में उसे लगाओ। अपने को ऊँचा उठाओ और देश का उद्धार करो। इसका सबसे सरल तथा सीधा उपाय यह है कि भारतीय समाचार पत्रों की दशा सुधारो। वास्तव में लाभदायक और उपयोगी पत्र निकालो। जो समाचार पत्र इस समय विद्यमान है, उनमें सुधार करो। देशी भाषाओं में समाचार पत्र निकालो जिससे स्त्रियो तथा करोड़ों साधारणजनों का लाभ हो। इस दिशा में अब तक कुछ प्रयत्न किये भी गये हैं परन्तु वे कम हैं। कारण यही है कि उच्च शिक्षित वर्ग ने नियम बना रखा है कि वे देशी भाषा के पत्रों को हाथ नहीं लगाएंगे। अपनी मातृभाषा का सम्मान करना आपको अवश्य ही सीखना होगा। नवयुवक संगठनों को सरल हिन्दी भाषा में पत्र निकालने चाहिए जिनमें जहाँ तक सम्भव हो फारसी और संस्कृत के शब्द न हों। अस्वाभाविक भाषा-शैली को छोड़ देना चाहिए। स्वाभाविक रूप में जैसा आप सोचते हैं वैसे लिखिए। किसी की नकल मत कीजिए। कालेज के विद्यार्थी भी छोटे-छोटे लेख लिख सकते हैं। अपनी मातृभाषा में अपने विचार प्रकट करने का यदि वे अभी से प्रयत्न करेंगे, तो आगे चलकर वे उन भावों को प्रकट कर सकेंगे जो बहुत विचारोत्तेजक “ज्ञानवर्द्धक” और प्रेरणादायक” होंगे।

१. विचारोत्तेजनक—विचारों में रुचिल करने वाले।

२. ज्ञानवर्द्धक—ज्ञान बढ़ाने वाले।

३. प्रेरणादायक—प्रेरणा देने वाले।

## कालेज के छात्र-छात्राओं का कर्तव्य

कालेज के छात्र-छात्राओ को यह अपना पवित्र कर्तव्य समझना चाहिए कि वे अपनी निरक्षर बहनों को शिक्षित बनाएँ। बहनों, माताओं, पत्नियों, पुत्रियों और सम्बन्धी स्त्रियों को लिखना-पढ़ना सिखलाएँ। पब्लिक स्कूल पद्धति की प्रतीक्षा करने की आवश्यकता नहीं। यह पवित्र व्रत आपकी जिम्मेदारी है।

यदि भारत जिन्दा रहना चाहता है, तो समस्त देश में स्त्री शिक्षा का व्यापक प्रसार होना चाहिए। नवयुवको ! क्यों न यह काम आप के ही हाथों से आरम्भ हो ? यह देखिए कि आपके प्रदेश में एक भी स्त्री या एक भी गरीब आदमी निरक्षर न रह जाए। देश के माथे से अशिक्षा का कलक दूर करो। क्या अपने पड़ोस की भगी की स्त्री को पढ़ाने में आपको डर लगता है या लज्जा आती है ? तो आपके व्यवहार और चरित्र को धिक्कार है। गरीबों, अनपढ़ों के पास जाओ तो मन में माँ जैसी ममता लेकर जाओ और उन्हें शिक्षित बनाने के काम से प्यार करो। कैसा देवदूतों जैसा काम है ! लिखना-पढ़ना सिखलाने के बाद उन्हें भौतिकी, मनोविज्ञान, नक्षत्र विज्ञान, इतिहास, राजनीति, शरीर विज्ञान आदि के आरम्भिक पाठ पढ़ाओ। इन बातों को इतने रोचक तथा आसान ढंग से उन्हें समझाओ कि धीरे-धीरे वे उस विषय को समझने के योग्य बन जाएँ।

## हिन्दी शिक्षा का महत्त्व

राम हिन्दी पढ़ने पर इसलिए जोर देता है कि हिन्दी अवश्य शीघ्र ही भारत की राष्ट्रभाषा होगी। आपके सम्मुख सबसे पहला महत्त्वपूर्ण कार्य यही है कि गरीबों तथा स्त्रियों को शिक्षित बनाओ। यह कार्य आपको अन्त में महान बनाएगा।

## कृषि-शिक्षा का महत्त्व

परन्तु इतना न भूलना कि इससे भी आवश्यक काम आपके लिए यह है कि आप कृषि सम्बन्धी कला का विस्तृत ज्ञान प्राप्त करें, उद्योगों का व्यापक और व्यवहारिक ज्ञान प्राप्त करें, इतना अच्छा ज्ञान जितना ऊँचे उठे देशों के लोगों को प्राप्त है। विदेशों में जाकर इस ज्ञान को प्राप्त कीजिए तथा भारत में आकर उस उपयोगी ज्ञान का व्यापक प्रसार कीजिए।

## धर्म का स्थान

धर्म—पारिवारिक, सामाजिक तथा राष्ट्रीय कर्तव्यपालन आपका कर्मकाण्ड है। परन्तु कोई भी कर्म या श्रेष्ठ कार्य अज्ञान से नहीं किया जा सकता। केवल अज्ञान अन्धकार के कार्य (पाप-कर्म) ही अन्धकार में किये जाते हैं। जब आपके हृदय में ज्ञान की ज्योति नहीं प्रज्ज्वलित होगी, तब तक आप किसी महत्वपूर्ण कार्य में सफल नहीं हो सकते। तब तक आप एक कदम भी आगे नहीं बढ़ सकते। आपके कानों में दिनरात जो विरतार से कहा जाता है, वह सब आपके शरीर से ही सम्बन्ध रखता है परन्तु आत्मा के बिना शरीर नहीं रह सकता। सभी सफल अन्दोलनों की आत्मा जीवित आस्था यानी विश्वास में होती है। आस्था और विश्वास का आधार ज्ञान की ज्योति है। यहाँ तक कि 'भौतिकवाद' के अग्रणी नेता भी, चाहे वे नन्देहवादी हों या रचानावादी, नास्तिक हों या किसी अन्य विचार के हों—नभी सफल होते हैं, जब उनके अन्दर आस्था हो। वे मानें या न मान—उनकी सफलता अवचेतन मन में छिपी आस्था के कारण ही होती है। इस प्रकार वे धर्मोपदेश में बैठकर धार्मिक का जीवन व्यतीत करने हैं।

---

१. भौतिकवाद=दुनियावादीपन (Materialism)।

यहाँ एक रबड फैक्टरी है। यह हजारों बेरोजगार लोगों को रोजगार देती है। राष्ट्रीय व्यापार को आरम्भ करती है, राष्ट्र की पूँजी को कई गुना बढ़ाती है, गरीब मजदूर श्रेणी को बढ़ावा देती है, जहाजों कम्पनियों के लिए बहुत भारी काम मोहय्या करती है। रेलवे कर्मचारियों को काम देती है। डाकखाने का काम बढ़ाती है। यह फैक्टरी कैसे चल सकती थी यदि इसके संचालक में भावना या स्पिरिट न होती? इसी प्रकार आपके कोई भी व्यक्तिगत, परिवारिक, सामाजिक या राजनैतिक कार्य तब तक नहीं पनप सकते, जब तक कि आप अपने अन्तःकरण से उनके लिए गौरव और सहता की आस्था<sup>१</sup> न माँगें? आपके अन्तःकरण की प्रतिक्रिया हृदय-परिवर्तन, मानसिक संशोधन तथा आध्यात्मिक सन्तुलन अर्थात् आपकी अपनी अन्तरात्मा की भावना पर ही आपकी सारी हलचल निर्भर होती है। कार्लायल ने कहा है—‘विश्वास ही महान् जीवनदायी शक्ति है।’ किसी देश का इतिहास उतना ही सफल, आत्म-विकास-कारक तथा महान होता है, जितना उस देश के निवासियों में विश्वास हो।

### विश्वास की आवश्यकता

जो कुछ भी महान है, वह सबसे पहले अन्तःकरण की गहराइयों में प्रकट होता है। जो मनुष्य दिव्य भावना में निवास नहीं करता या पूर्ण विश्वास नहीं करता, जो एक ईश्वर के लिए संघर्ष नहीं करता, वह चाहे जहाँ रहे, कितनी शान और धन समृद्धि में रहे—किन्तु वास्तव में वह जीवित नहीं है, वह मृत है।

हरवर्ट स्पेंसर ने भी कहा है—“हमारी विचार-चेतना का स्वरूप

१. आग्ना = विश्वास।

अनुभूतियों से निर्मित होता है, और प्रज्ञा<sup>१</sup> केवल उसका बाह्य रूप है। मन की करते हुए जिस भाग की सामान्यतः हम उपेक्षा कर देते हैं, वह उसका आवश्यक भाग है; अर्थात् अनुभूतियाँ ही शासन करती हैं, बुद्धि तो उनकी दासी है।” अनुभूतियों<sup>२</sup> और भावनाओं को ही सरल भाषा में ‘हृदय’ कहा जाता है। आस्था का धर्म तुरन्त ही क्रिया करता है, और मनुष्य के कर्मों के लिए शक्ति प्रदान करता है। स्पेसर ने आगे कहा है—“नौकर में (मस्तिष्क में) सुधार करने से अधिक लाभ नहीं हो सकता जब तक कि हम स्वामी (मन) में सुधार न करें।” जेम्स ने उस युग के योग्यतम उक्त मनोवैज्ञानिक की उक्ति को स्वीकार करते हुए कहा है—“धार्मिक अनुभूतियाँ उसी प्रकार प्रभावशाली हैं, जिस प्रकार कोई भी अन्य सीधी (direct) अनुभूति हो सकती है। बौद्धिक तर्क द्वारा जितना विश्वस्त परिणाम प्राप्त होता है, उससे भी अधिक परिणाम धार्मिक विश्वासों द्वारा पैदा होता है।”

### भावनाओं का महत्त्व

अपनी प्रकृति की गहराई के स्तर पर जीवन व्यतीत करने के लिए, अपने जीवन के गहनतम रहस्यों को जानने के लिए, भावना का अनुभव कीजिए, अपने अन्तरतम में छिपी अपनी वास्तविकता की अनुभूति प्राप्त कीजिए। प्रकृति में भी अन्तर्निहित<sup>३</sup> वास्तविकता वही है। तब आप ‘तत्त्वमसि’ के साकार जीवित रूप हो जाएँगे।

(१) यही है जीवन, यही है जीवन  
यही अमरता, यही है शक्ति ।

१. प्रज्ञा = विशेष बुद्धि ।

२. अनुभूतियों = महसूस करना ।

३. अन्तर्निहित = अन्दर छिपी ।

इसकी एक ही दृष्टि से स्तम्भ  
गिर जाते हैं, यह शक्ति आप प्राप्त  
कर सकते हैं ।

- (२) ससार मेरे लिए मार्ग छोड़ देता  
है, मेरे लिए स्थान बना देता है, मैं  
ज्योति से उज्ज्वल होकर आ रहा हूँ,  
अन्धकार ! तू परे हट जा ।



## ५. संयम तथा निःस्वार्थ भावना

### सुख का रहस्य

सुख का रहस्य कुछ विचित्र है। वह रहस्य इस प्रकार है कि—जितना ही तुम पदार्थों की खोज करते हो, उतना ही तुम उन्हें खो देते हो। जितना आप इच्छा से दूर रहते हैं, उतना ही आप अपने को जरूरतों से भी दूर पाते हैं और उतना ही सांसारिक पदार्थ आपके पीछे दौड़ते हैं।

आजकल हिन्दुस्तानी भी—संसारी बुद्धि वाले हिन्दुस्तानी भी इस रहस्य से अनभिज्ञ हैं। वे तीव्र तथा गहन विचार न करने के कारण, किसी अद्भुत घटना को इसका हेतु स्वीकार करते हैं, जो कि वास्तविक हेतु है नहीं।

भारत का राजनीतिक पतन किस कारण से हुआ? या आर्थिक दृष्टिकोण से भारत का इतना अवःपतन क्यों हुआ? कारण यही है कि आजकल के हिन्दुस्तानी उन्ही दिनों के हिन्दुस्तानी हैं, जब हिन्दुस्तान की गिरावट आरम्भ हुई थी। उनमें व्यावहारिक वेदान्त नहीं है। आप यह मुनकर नकित होंगे कि वही भारत जो वेदान्त तथा परोपकार-भावना का धाम था, एकता का मूल स्रोत था—'मव एक हें' की दिव्य-भावना का मूल अधिष्ठान था, वही देश जहाँ दिव्य तत्त्व ज्ञान, आध्यात्मिकता, आत्मसम्मान, आत्मज्ञान तथा आत्मनिर्भरता की गंगा प्रवाहित होती थी, वही आज व्यावहारिक वेदान्त से रहित है। भारत के अवःपतन का यही हेतु है।

## राष्ट्र क्यों गिरते हैं ?

राष्ट्र क्यों गिरते हैं और क्यों उन्नति करते हैं ? बाहरी दृष्टियों की ओट में वह कौन-सी वस्तु है, जो किसी जाति को उन्नत बनाती है ? वह कौन-सा चन्द्रमा है, जो राष्ट्रों के उत्थान-पतन रूपी ज्वार-भाटे का कारण बनता है ?

इतना ही कथन पर्याप्त होगा कि आध्यात्मिक अधःपतन के बिना कोई भी राष्ट्र, किसी भी दृष्टिकोण से पतित नहीं हो सकता । एक हिन्दुस्तानी के मुँह से, जिसने हिन्दुस्तान और अन्य राष्ट्रों का पूर्ण अध्ययन किया है, व्यक्त हुए इन शब्दों का आप स्वागत करेंगे । सम्भवतः और हिन्दुस्तानी इस उक्ति में राम के साथ सहमत न हो, परन्तु राम स्वतः प्रमाण<sup>१</sup> पर, अपने गम्भीर निरीक्षण के आधार पर यह बात कहता है ।

क्या कारण है कि अमेरिका इस समय बड़ी उन्नति कर रहा है, तीव्र वेग से प्रगति कर रहा है ? आर्थिक प्रगति के दृष्टिकोण से, अमेरिका इतने तीव्र वेग से क्यों आगे बढ़ रहा है ? इसका कारण यही है कि अमेरिकन लोग अनजाने ही, इस बाह्य जगत् में वेदान्तिक जीवन-यापन कर रहे हैं । अमेरिकन लोग किस प्रकार अमली वेदान्त का जीवन व्यतीत कर रहे हैं ? तथा वेदान्त उनकी दुनियावी तरक्की का कारण किस तरह है ?—इस विषय में कुछ अधिक कथन करने की आवश्यकता नहीं है । परन्तु है यह यथार्थ बात । सत्य, हाँ सत्य, केवल सत्य ही प्रतिष्ठा प्राप्त करेगा । असलियत, असली चालचलन, केवल निर्मल आचरण को ही सम्मान साफल्य उपलब्ध होगा, अन्य को नहीं ।

---

१ स्वतः प्रमाण—अपने ही सबूत के आधार पर ।

सभी विवरणों को छोड़कर, सत्य किन्तु बाह्यदृष्टि से विपरीत प्रतीत होने वाली उचित पर तर्क-वितर्क त्यागकर, जो आश्चर्यजनक बातें अभी राम ने कही हैं, उन पर विचार कीजिए ।

इंजील में लिखा है "Ask and ye shall find it, knock and it shall be opened unto you "

—माँगो और तुम उसे प्राप्त करोगे; खटखटाओ और द्वार तुम्हारे लिए खुल जाएगा ।

### हिन्दू कर्मवाद का अभिप्राय

उधर हिन्दू कर्मवाद की शिक्षा देते हैं, जिसका अभिप्राय यह है कि प्रत्येक इच्छा मानो अपनी पूर्ति अपने संग लिए रहती है । प्रत्येक कामना तथा प्रत्येक दृढ़ निश्चय किसी समय पूरा होने का वचन देता है । उद्यान में दृष्टिगोचर होने वाली प्रत्येक कलिका अपनी उम्मीद पूरी हुई देखती है, कभी न कभी वह खिलती और फलती है । जानन वरों की सभी आशाएँ भी सकल होती है । इस विश्व में कोई भी उद्योग, कोई भी शक्ति तथा कोई भी वस्तु व्यथा नहीं जाती । कोई भी पदार्थ नष्ट नहीं होता ।

१. शक्ति के दृढ़ आग्रह (Law of persistence of force).
२. उद्यम के संरक्षण (Law of conservation of energy).
३. द्रव्य की अविनश्यता का नियम (Law of indistructibility of matter).

—उक्त तीन नियमों को हम प्रकृति में लिगा पाते हैं । इसी प्रकार मानसिक सक्रियता, मानसिक कल्पनाएँ, संकल्प तथा उच्छाएँ —ये मानसिक उद्योगज<sup>१</sup> शक्तियाँ हैं, ये सभी कैसे नष्ट हो सकती हैं ? ये भी अवश्य सफल होंगी, चाहे देर में या जल्दी । उस प्रकार

---

१. उद्योगज = उद्योग में उत्पन्न होने वाली ।

सभी कामनाओं की पूर्ति अवश्य होगी ही । कर्मवाद का सार-संग्रह इतना ही है । हिन्दू उपदेश देते हैं कि—“माँगो तथा आप उसे पाओगे, खटखटाओ और द्वार तुम्हारे लिए खुल जायेगा ।”

परन्तु क्या ठीक ऐसा ही होता है ? प्रतिदिन के जीवन अनुभव में क्या हमें ऐसा होता दिखाई देता है ? किन्तु लोग कर्मवाद का आम तौर पर जो मतलब लगाते हैं, उसके मुताबिक होने वाले अनुभव से यदि आप इसे प्रमाणित करना चाहे, या जन-साधारण इन वाक्यों से जो मतलब समझते हैं, उस रीति से आप इस कथन को यदि सिद्ध करना चाहे, तो यह आपकी गल्ती होगी । आप देखेंगे कि यह सिद्धान्त व्यवहार में सही नहीं उतरता । इस कथन में पूरी सचाई नहीं है, केवल यह सचाई का एक भाग है । बाइबिल में हो या हिन्दुओं के यहाँ कहा गया हो, “माँगिए और उसे पायेंगे, खटखटाइए और द्वार आपके लिए खुल जाएगा”—परन्तु इसका जो तात्पर्य समझा जाता था, उसे जनसाधारण नहीं समझते ।

इस कथन का तात्पर्य यह था कि उसका आपको मूल्य चुकाना पड़ेगा । यह न भूलिए कि उसकी कीमत भी चुकानी जरूरी है । मूल्य का भी जिक्र हमें इजील में मिलता है—“He that will keep his life will loose it ”

—जो अपने जीवन की आकांक्षा करता है उसे पहले वह खोना होगा । इसका क्या अभिप्राय है ? इसका अभिप्राय यही है कि जो याचना करेगा—माँगेगा—पाने को उत्कण्ठित होगा, वह नहीं पाएगा । इच्छा, लालसा, उत्कण्ठा, कामना, उत्सुकता—पाने में बाधा है । ‘जो इस प्रकार अपने जीवन को बचाकर रखेगा, वह उसे खो देगा ।

“Man shall not live by bread alone.”

—मनुष्य का जीवन केवल अन्न के आश्रित नहीं है । ईश्वर की प्रार्थना में हम कहा करते हैं—“आज के दिन हमें हमारा प्रतिदिन का

भोजन प्रदान कीजिए ।” फिर यह भी कहा करते हैं कि मनुष्य का जीवन केवल अन्न के आश्रित नहीं है । इन दोनों उक्तियों का तालमेल (समन्वय) कैसे होगा ?

### प्रार्थना का तात्पर्य

इन कथनों का तात्पर्य भलीभाँति समझिए । ‘आज के दिन हमें हमारी नित्य की रोटी दीजिए ।’ प्रभु से की गई इस प्रार्थना का यह अभिप्राय नहीं है कि आप याचना करते रहें, अनुनय करते रहें, विनती करते रहे, इच्छा और कामना करते रहें । नहीं, कभी भी यह अर्थ नहीं है । इसका तात्पर्य यह था कि एक राजा या सम्राट् को भी, जिसे प्रतिदिन का भोजन न प्राप्त होने की तनिक भी आशंका नहीं है, उसे भी यह प्रार्थना करनी चाहिए । एक राजकुमार को भी, जिसे भोजन जरूर मिलेगा, उसे भी यह प्रार्थना करनी चाहिए ।

यदि यह तात्पर्य है तो साफ हो जाता है कि ‘हमारी नित्य की रोटी दीजिए’ का तात्पर्य यह नहीं कि मनुष्य भिक्षुक की वृत्ति अपनाएँ या धन सम्पत्ति की आकांक्षा करें । इसका यह तात्पर्य कदापि नहीं । प्रार्थना का अभिप्राय इतना ही है कि प्रत्येक व्यक्ति को भले ही वह राजकुमार या सम्राट् या संन्यासी ही क्यों न हो, अपने चारों ओर समस्त पदार्थ, विशाल धन-सम्पदा, सम्पूर्ण रत्नराशि, सुन्दर-तथा रम्य वस्तुएँ अपनी नहीं समझनी चाहिए । उसे धन-सम्पदा पर अपना स्वामित्व या अधिकार नहीं समझना चाहिए । अपितु यह मानना चाहिए कि यह सब कुछ परमात्मा का ही है । मेरा नहीं है—‘इदं न मम’ ।

यह प्रार्थना याचना के लिए नहीं, बल्कि त्याग के लिए है । मुनो ‘हमारी रोटी हमें दीजिए’ का तात्पर्य माँगना अथवा इच्छा करना

कदापि नहीं । इसका अभिप्राय है—त्याग करना—सब कुछ परमेश्वर के अर्पण करना ।

आप सोच सकते हैं कि किसी सम्राट् का—‘आज की रोटी हमें दीजिए’ आदि प्रार्थना करना कितना असंगत<sup>१</sup> होगा, यदि उक्त प्रार्थना का सामान्य अर्थ ग्रहण किया जाए ।

### प्रार्थना का यथार्थ अर्थ

यह प्रार्थना तभी तर्कसंगत हो सकती है, यदि सम्राट् उस भावना से प्रार्थना करे कि सभी हीरे-जवाहरात, मोती और पन्ने, महलों की सारी धन-दौलत, महलों तक का मैं त्याग करता हूँ तथा अपना सर्वस्व<sup>२</sup> प्रभु के अर्पण करता हूँ । मैं अपने अधिकार का दावा वापिस लेता हूँ, क्योंकि जो कुछ है, सब परमेश्वर का है ।

यह कहा जा सकता है कि इस प्रकार प्रार्थना करता हुआ वह इन सभी पदार्थों से नाता तोड़कर, इनसे दूर जा खड़ा होता है । वह साधुओं के समान साधु हो जाता है । कहता है, यह सब परमेश्वर का है । मेज परमात्मा की है, उस पर रखा खाना परमात्मा का है, मेरा कुछ नहीं है । मुझे जो कुछ भी प्राप्त होता है, वह प्रिय प्रभु से प्राप्त होता है । प्रार्थना द्वारा वह यही अनुभव करता है । ‘हमारे नित्य का भोजन’ आदि का यदि आप वही अर्थ ग्रहण करें, तभी ‘मनुष्य का जीवन केवल अन्न पर आश्रित नहीं है’, इस कथन से उसकी सगति हो सकती है । दोनों कथनों का समन्वय तभी किया जा सकता है ।

इजील में यह भी लिखा है—“Seek the kingdom of Heaven and all things will be added unto you ”

---

१. असंगत=अयुक्त ।

२. सर्वस्व=सबकुछ ।

—स्वर्ग के साम्राज्य की खोज करो तथा अन्य सभी वस्तुएँ तुम्हें प्राप्त हो जाएँगी ।

यह है कुजी । उक्त प्रार्थना की यह चावी है । यही प्रार्थना-वाक्य है, जिसे ईसा मसीह ने ईश्वर-प्रार्थना सम्बन्धी कहा और वह वाक्य इस प्रकार है—“पहले स्वर्ग का साम्राज्य खोजो, फिर और सब वस्तुएँ आपको स्वयं मिल जाएँगी ।”

इसके अतिरिक्त इजील में यह भी कहा गया है—“In sorrow she should bring forth child.”

दुःख में उसे बच्चे की प्राप्ति होगी । खोयी हुई कड़ी हमें इस वाक्य में प्राप्त हो जाती है । बच्चा उसे मिलेगा; परन्तु उसका मूल्य प्रसव-वेदना<sup>१</sup> है । कामना फलवती तो होगी; आपकी जो लालसा है वह वस्तु आपके सामने अवश्य आएगी; परन्तु उसकी कीमत आपको कष्ट के रूप में देनी होगी । ‘दुःख में उसे बच्चे की प्राप्ति होगी’ यह उक्ति केवल स्त्री के लिए नहीं कही गई; अपितु प्रत्येक के लिए यह बात कही गई है । कामनाएँ अवश्य सफल होंगी, किन्तु मूल्य चुकाने पर । दुःख या कष्ट का क्या है तात्पर्य ? इसका तात्पर्य है—सभी कामनाओं का त्याग । अपनी आकांक्षा की पूर्ति कौन देगा ?

वही जो उसका मूल्य चुकाएगा, जो प्रसव-वेदना को सहन करेगा । जो प्राणपण से कामनाओं के अधीन अथवा आसक्त हो जाएगा, वह नहीं; बल्कि वह जो महाराजाधिराज के समान आकांक्षाओं में रमण करता है । जो तटस्थ भाव से, आसीनवत् आकांक्षाओं में रमता है । केवल उसकी ही कामनाएँ पुष्पित-पल्लवित-फणित होती हैं ।

क्या प्रार्थनाएँ सुनी जाती हैं ?

लोगों का कहना है कि प्रार्थनाएँ सुनी जाती हैं । प्रार्थनाएँ क्या

१. प्रसव-वेदना = बच्चा जनने के समय की पीड़ा ।

वस्तु है ? प्रार्थना शब्द का अर्थ कुछ व्यक्ति माँगना, चाहना, याचना करना, इच्छा करना, लालसा करना समझते हैं। यदि 'प्रार्थना' शब्द का यही भावार्थ है, तो क्या ऐसी प्रार्थनाएँ सुनी जाती हैं ? यह बात गलत है।

यदि प्रार्थना का शब्दार्थ आप याचना, माँगना, चाहना, अभिलाषा करना मानते हैं, तो इस प्रकार की प्रार्थनाएँ कभी नहीं सुनी जाती।

माँगने से कभी कुछ नहीं मिलता। याचना से कोई पदार्थ हाथ नहीं आता। आप माँगने से कुछ नहीं पा सकते।

किन्तु प्रार्थना शब्द का तात्पर्य सामान्य से कुछ और ही है, कुछ अधिक है। प्रार्थना शब्द का सही अर्थ तभी प्रकट होता है, जब आप इच्छा से—लालसा से दूर हो जाएँ। 'The will be done.'

—प्रभो ! आपकी इच्छा पूर्ण हो। इस वाक्य में आपकी अभिन्नता प्रकट होती है।

प्रार्थना का तात्पर्य माँगना, याचना करना, हाथ फैलाना, चाहना, अपनी कामना पूरी कराना कदापि नहीं। लोग प्रार्थना को अपनी इच्छा-पूर्ति का उपाय मानते हैं। आत्मा का अर्थ वे अपनी क्षुद्र आत्मा अथवा अन्य सभी से विच्छिन्न<sup>१</sup> भिक्षुक आत्मा समझते हैं।

परन्तु प्रार्थना का वास्तविक अर्थ—भावार्थ इस वाक्य में है—'आपकी इच्छा पूर्ण हो।' जब शरीर सब तरह के कष्टों से, वेदना से, व्यथा से पीड़ित होता है, तब भी आपके अन्तःकरण में यह भावना उत्पन्न होती है—“आपकी इच्छा पूर्ण हो।” यह अत्यन्त उचित तथा समीचीन है।

जिस समय आपकी देह रुग्ण होती है, जब आपके चहुँ ओर की

१. विच्छिन्न=भिन्न, अलग।



परिस्थितियाँ आपके विरुद्ध होती हैं, तब आपके अन्दर से यह विचार व्यवक्त होता है—‘आपकी इच्छा पूर्ण हो, (मेरी नहीं)।’

इसे ही समर्पण, आत्मत्याग तथा परिच्छिन्न आत्मा का समर्पण कहा जाता है। हृदय से उद्भूत, अन्तःकरण से निर्गत<sup>१</sup> प्रार्थनाओं का यही सार-तत्त्व है।

### स्वार्थपूर्ण कामनाएँ नहीं सुनी जातीं

स्वार्थ-भरी कामनाओं वाली प्रार्थनाएँ कभी नहीं सुनी जाती। प्रार्थनाओं की सुनवाई तभी होती है, जब मन ऐसी स्थिति में पहुँच जाए, जिसमें जगत् जगत् नहीं रहता। जिसमें पूरी तरह समर्पण किया गया हो, जब निज देह देह न रह जाए, मन मन न रह जाए, नातेदारों से कोई सम्बन्ध न रह जाए, सारे बन्धन कुछ समय के लिए टूट जाएँ। इस प्रकार की स्थिति के तुरन्त बाद आपकी आकांक्षा की अवश्य पूर्ति होगी। इस प्रकार की प्रार्थनाओं की सुनवाई तभी होती है कि जब कोई व्यक्ति एक विशेष स्तर तक ऊँचा उठ जाता है। जब वह देहाभिमान<sup>२</sup> से अतीत हो जाता है। सभी पदार्थों का पूरी तरह त्याग करके सर्वस्व ब्रह्मार्पण कर देता है। इस प्रकार की प्रार्थनाएँ भिखारी के समान माँगने की भावना वाली नहीं होती।

कुछ व्यक्ति इस प्रकार के हैं जो सामान्य ढंग से प्रार्थना नहीं करते। जो औपचारिक रूप से प्रार्थना करते नहीं दिखाई पड़ते। उनकी कामनाएँ—उनकी आकांक्षाएँ कैसे पूरी होती हैं? ये व्यक्ति किस प्रकार के हैं?

१. निर्गत=निकली।

२. देहाभिमान=‘मैं शरीर हूँ’ ऐसा अभिमान (अपने को शरीर मात्र समझना)।

मान लीजिए आपको कोई इच्छा हुई तथा आप याचना, कामना, उत्सुकता, विनती करते हैं। जिस समय तक आप उस भिक्षु की वृत्ति धारण किये रहते हैं, तब तक आपको कुछ नहीं मिलता। आपको विदित है कि जिस समय हमें महान् व्यक्ति से भेट करनी होती है, तो हम उसके पास अच्छे वस्त्र पहन कर जाते हैं। परमेश्वर सबसे महान् है, सबसे ऊँचा है, निष्काम है, सब आवश्यकताओं से ऊपर है। यदि आप उसके समीप जाते हैं तो सुन्दर पोशाक पहनकर जाइए—ऐसे वस्त्र पहनिए जो उसके अनुरूप हों। परमेश्वर सभी आवश्यकताओं से परे है। उसके पास जाने के लिए सर्वोत्तम पोशाक यही है कि आप भी सब प्रकार की आवश्यकताओं से परे—‘निष्काम’ होकर उसके पास जाएँ। यही सर्वोत्तम पोशाक है—परमात्मा के पास जाने की। उसके सम्मुख जाकर आपको याचना-वृत्ति से दूर—भिखारीपन से ऊपर होना चाहिए।

## ६. 'त्यक्तेन भुञ्जीथाः'

### वेदान्त और समाजवाद

सर्वप्रथम, जिसे 'समाजवाद' कहा जाता है, राम उसे 'व्यक्ति-स्वातन्त्र्यवाद'<sup>१</sup> के नाम से पुकारना उचित समझता है। 'समाजवाद' शब्द इस प्रकार के शासन को प्रमुखता देना चाहता है, जिसमें समाज का जन-समुदाय पर शासन हो परन्तु, राम का कहना है कि इसकी सच्ची भावना इसी में है कि व्यक्ति की स्वतन्त्रता का, विश्व के परि-प्रेक्ष्य में आदर किया जाए। जहाँ व्यक्ति को कोई परेशानी न हो, कोई चिन्ता न हो, कोई झंझट न हो। इसी का नाम राम 'व्यक्ति-स्वातन्त्र्यवाद' कहता है। लोग भले ही इसे चाहे तो 'समाजवाद', 'समष्टिवाद' नाम से पुकारे, परन्तु व्यक्ति के ही दृष्टिकोण का ध्यान रखना इसका ध्येय होना चाहिए। वेदान्त की यही शिक्षा है।

हम देखते हैं कि तथाकथित<sup>२</sup> 'समाजवाद' का उद्देश्य है—पूँजीवाद के दुर्ग को गिराना, और यह वेदान्त के उद्देश्य से मिलता-जुलता है, क्योंकि वेदान्त भी आपको व्यक्तिगत स्वामित्व-भाव के परित्याग के लिए शिक्षा देता है। वेदान्त के मत हैं कि व्यक्तिगत धन-सम्पत्ति का विचार, सचय का भाव, स्वार्थमय अधिकार का भाव दूर होना चाहिए। यही वेदान्त है तथा यही समाजवाद। इस प्रकार दोनों का उद्देश्य एक ही है।

१. व्यक्ति-स्वातन्त्र्यवाद = हर शस्त्र को अपनी आज्ञाधीन।

२. तथाकथित = इस नाम से पुकारा जाने वाला।

वेदान्त समता का उपदेश देता है। और इसमें सन्देह नहीं कि सच्चे समाजवाद का भी यही उद्देश्य है। समाजवाद में भी बाह्य धन-सम्पत्ति के लिए किसी प्रकार का आदर या सम्मान नहीं है।

यह आदर्श अति भयंकर तथा कठोर प्रतीत होता है। परन्तु जब तक मानव सम्पदा के भावों को, मोह को, अधिकार-लालसा को तथा आसक्ति को बिलकुल नहीं छोड़ देता, तब तक धरातल पर सुख या हर्षनहीं हो सकता। किन्तु समाजवाद की केवल इतनी ही माँग है कि मनुष्य धन-सम्पत्ति का मोह छोड़ दे। परन्तु वेदान्त में इसके लिए एक महान् कारण भी वर्णन किया गया है।

यह समाजवाद तो चीजों के केवल ऊपरी स्तर—बाहरी स्वरूप की ही छानबीन करता है, तथा यह परिणाम निकालता है कि मानव जाति को समता, बन्धुभाव तथा प्रेम के आधार पर जीवन व्यतीत करना चाहिए। वेदान्त इस दृश्यमान विश्व का अध्ययन और विश्लेषण प्राकृतिक एवं आन्तरिक दृष्टिकोण से करता है। वेदान्त के मत में, किसी व्यक्ति द्वारा सम्पत्ति को व्यक्तिगत मानकर उस पर अपना अनन्य अधिकार जमाना—अपनी आत्मा, अपने अन्तःकरण के वास्तविक स्वरूप के प्रति अपराध है। वेदान्त के मत में मानव का अधिकार केवल अर्पित करना—देना ही है, लेना अथवा माँगना नहीं। यदि आपके पास देने के लिए और कुछ नहीं है, अपने शरीर को ही कीड़ों द्वारा खाने दो। जो कुछ भी आप रखते हैं, उसका मूल्य या महत्त्व कुछ भी नहीं है, उसके कारण आप धनी नहीं कहे जा सकते। आप जो कुछ अर्पण कर देते हैं, उसी के कारण आप धनी कहलाते हैं। प्रत्येक व्यक्ति कर्म करे, किसी चीज का मालिक बनने के लिए नहीं, बल्कि प्रत्येक वस्तु अर्पण करने के लिए।

### ग्रहण में सुख—एक भ्रम

ससार सबसे बड़ी गलती यह करता है कि वह लेने में सुख मानता

है। वेदान्त की माँग है कि आप सच्चाई की पहचान करें तथा ऐसी अनुभूति प्राप्त करें कि सच्चा सुख सर्वस्व समर्पण करने में है तथा माँगने या लेने में वह नहीं है। जिस समय आप भीख माँगने की वृत्ति अपनाते हैं, उस समय आप अपने को स्वार्थी, संकुचित हृदय बना लेते हैं। तब आप अपने अन्तःकरण के आनन्द को निचोड़कर बाहर फेंक देते हैं। आप कही भी हो, वहीं एक दाता के रूप में आचरण करें, एक भिक्षुक के रूप में कभी नहीं। तभी आपका कार्य संसार में व्यापक तथा विस्तृत होगा। तब उसमें व्यक्तिगत स्वार्थ भावना की गन्ध तक का प्रवेश नहीं हो सकेगा।

हिन्दुस्तान के वेदान्तिक साधु-महात्मा इस काल में भी इसी प्रकार का समाजवादी जीवन हिमालय पर विताते हैं। प्रागैतिहासिक काल से ही वे इस प्रकार का जीवन विताते चले आये हैं। वे कठोर श्रम करते हैं, बेकार नहीं बैठे रहते। वे न तो आलसी और आसानी पसन्द हैं, न भोगी और विलासी। कारण, उन्हीं की चेष्टाओं से भारतवर्ष के उस विशाल तथा महान् साहित्य का मृजन हुआ है। ये व्यक्ति ही भारतवर्ष के सबसे श्रेष्ठ कवि, नाटककार, वैज्ञानिक, व्याकरणज्ञ, गणितज्ञ, ज्योतिषशास्त्रज्ञ, रसायनज्ञ तथा आयुर्विज्ञानी हुए हैं। तथा ये वे व्यक्ति हैं जिन्होंने धन को स्पर्श नहीं किया। ये ही वे ही लोग हैं, जिन्होंने जहाँ तक सम्भव हुआ कठोर से कठोर जीवन विताया। इसमें वेदान्त के समाजवाद पर लगाया जाने वाला लाछन सर्व-या प्रक्षालित हो जाता है कि वह मनुष्यों को भोर, आलसी तथा पराश्रित बनाता है। वही व्यक्ति उत्तम रीति से से कार्य कर सकता है, जो अपने को स्वाधीन समझता हो।

वेदान्त तथा समाजवाद के अनुसार आपको अपनी पत्नी, बाल-वच्चों धनसम्पदा अथवा और सभी चीजों पर स्वामित्व कायम करने का कोई अधिकार नहीं है।

## सभ्य मानव समाज का एक कलंक

सभ्य मानव समाज के मस्तक पर यह लाछन है कि नारी अब तक व्यापार की चीज बनी हुई है। मानव उसी अर्थ में उस पर अपना कब्जा जमाता तथा शासन करता है जिस प्रकार कि वह पेड़-पौधों पर, मकानों पर या धन सम्पत्ति पर करता है। इस तरह सभ्य समाज में स्त्री के हाथ-पाँव बाँध दिये गये हैं। इसके विपरीत पुरुष अपने प्रत्येक कार्य में स्वाधीन है। नारी एक पुरुष की सम्पत्ति बन जाती है, कभी दूसरे पुरुष की।

समाजवाद तथा वेदान्त—दोनों के अनुसार यह स्थिति अत्यन्त आश्चर्यजनक प्रतीत होती है, परन्तु स्त्री की स्वतन्त्रता की पहचान और पकड़ स्वयं स्त्री को होनी चाहिए। इसके बिना उसकी स्थिति बदल नहीं सकती। वह उतनी ही स्वतन्त्र है, जितना कि पुरुष। हाँ, इतना अवश्य है कि यदि पुरुष के लिए किसी वस्तु पर व्यक्तिगत सामाजिक अधिकार रखना उचित नहीं है, तो स्त्री के लिए भी यही उचित है—उसे भी धन-सम्पत्ति या पुरुष पर अपना अधिकार जमाने का कोई हक नहीं है। अपने मौज-मजे को बनाये रखने के लिए उसे भी पति पर अपना हक जमाने का कोई अधिकार नहीं।

यहाँ समाजवाद के विरोध में एक गम्भीर आपत्ति प्रस्तुत होती है। यदि समाजवाद द्वारा पुरुष तथा स्त्री को पूरी स्वतन्त्रता दे दी जाती है, तो उससे तो समाज पशुत्व की दशा में पहुँच जाएगा तथा ससार चरित्रहीनों, कामवासना के पुजारियों से भर जाएगा।

राम का कथन है कि पुरुष तथा स्त्री के लिए इससे अच्छी बात और क्या होगी? गौ-भैस अपने काम-व्यापार में अत्यन्त बुद्धिसंगत बर्ताव करते हैं। वे अत्यन्त युक्ति सगत<sup>१</sup> रहते हैं क्योंकि ऋतुकाल में

१ युक्ति सगत=तर्क सगत, जिसे दलील ठीक माने।

ही सम्भोग करते हैं। यदि मानव व्यवहार भी उसी प्रकार हो जाए, तो सभ्य समाज की सारी लम्पटता<sup>१</sup>, कामासक्ति तथा उच्छृंखलता समाप्त हो जाएगी।

कितनी विचित्र बात है कि लम्पट पुरुष को हम पशु या जानवर कहते हैं। क्या हम भारी गल्ती नहीं करते? क्योंकि निःसन्देह जानवर मनुष्य की अपेक्षा कम कामासक्त होता है। पशुओं में अनुचित कामावेश तनिक भी नहीं होता। वे तभी सम्भोग करते हैं, जबकि उन्हें सन्तान उत्पन्न करनी हो। मानव की दशा इसके सर्वथा विपरीत है। जो मानव शान्त स्वभाव है, जो काम वासना से विकृत नहीं, वह कामासक्त मनुष्यों की अपेक्षा अधिक पशु-तुल्य जीवन बिताता है। अतएव काम-वासना से विकृत मानव को पशु नहीं कहा जाना चाहिए, पशु तो वस्तुतः आज का सभ्य मानव है। यह हमारे सभ्य समाज की ही विशेषता है, न कि आदिम असभ्य समाज की। असभ्य मनुष्य तो अधिक स्वाभाविक तथा तर्क संगत हुआ करते थे। उनका प्रत्येक कार्य ऋतु के अनुकूल तथा नियमित समय पर होता था (वे ऋतुकालाभिगामी होते थे)।

वेदान्त का तथा समाजवाद का भी मत है कि जितनी अधिक विकृत-हीनता तथा प्राकृतिक शान्तता की स्थिति प्राप्त होगी, उतने ही उत्तेजक भाव घट जाएंगे तथा इसके साथ ही साथ मानव में पति या पत्नी, पिता या पुत्र द्वारा 'कट्टा जनाने का विचार' नष्ट होता जाएगा।

"हमें इस पत्नी, इस बालक या इस भगिनी<sup>२</sup> की चिन्ता है" लगातार इसी प्रकार के विचारों का भार मानव को अपने अध्ययन अथवा

१. लम्पटता=कामुकता, कामीपन।

२. भगिनी=बहन।

आत्मसाक्षात्कार के मार्ग में बाधक बनता है। वेदान्त का समाजवाद आपकी छाती पर से इस बोझ को दूर कर देना चाहता है। वह आपको स्वतन्त्र बनाना चाहता है।

जिस समय आप अन्वेषण रूपी समुद्र में उतरते हैं, तब आप जीत के झंडे फहराते हुए बाहर निकलते हैं। जब आप किसी प्रकार का अनुसंधान करने में जुट जाते हैं, तो आप पूरी तरह सफल होते हैं। जब आप स्वतन्त्रता से, बन्धन मुक्त होकर, सब प्रकार के बाधा-बन्धन और चिन्ता तथा भय का परित्याग करके कार्य करते हैं, प्रतिक्षण आप अपने को स्वाधीन मानते हैं, तो आप निश्चय इस विशाल, विस्तृत विश्व को ही अपना घर समझ सकते हैं।

हमें केवल इतना ही काम करना है कि मानव यह समझ ले कि उनकी बीमारियों का, कमजोरियों का, मुसीबतों का, एक मात्र इलाज यही है—दूसरों पर कब्जा या अधिकार जमाने की भावना का परित्याग।

जब एक बार जनता की विशाल बहुसंख्या इस तथ्य को हृदयंगम कर लेगी, तब समस्त विश्व में समाजवाद जगल की आग की तरह फैल जाएगा।

यह वेदान्त-सम्मत<sup>१</sup> समाजवाद ही उन तमाम बीमारियों का एकमात्र इलाज है। जहाँ एक बार यह वेदान्ती समाजवाद ससार की समझ में आ गया, तो यह पृथ्वी तुरन्त नन्दन-कानन बन जाएगी। उस समय हमारी विपरीत दृष्टि तथा इर्दगिर्द के वातावरण के विच्छिन्न ज्ञान से पैदा होने वाली आपत्तियाँ लुप्त हो जाएँगी।

यह वेदान्ती समाजवाद एक आदर्श कल्पना है। यदि इसकी

---

१. वेदान्त-सम्मत = वेदान्त द्वारा स्वीकार किया गया।



स्थापना हो जाए, तो सम्राटों, राष्ट्रपतियों, धर्मोपदेष्टाओं की आवश्यकता नहीं रहेगी ।

जब लोग वेदान्ती समाजवाद में सर्वतन्त्र स्वतन्त्र हो जाएंगे, तब वे जिस कार्य को चाहेंगे स्वाधीनता से कर सकेंगे । जहाँ इच्छा होगी आ-जा सकेंगे, आज की भाँति वे अपने ही भाइयों से भयभीत नहीं रहेगे । वे परोपकार करेंगे तथा जन-हितकर कार्यों—अध्ययन, तत्त्व ज्ञान, आध्यात्मिक खोज आदि में अपना समय नियोजित करेंगे, जिससे अपने सत्य आत्मस्वरूप के साक्षात्कार द्वारा पूर्ण आनन्द प्राप्त करते हुए जीवन-मुक्त हो सकेंगे ।

### मानवता का आदर्श रूप

जब मानव सब देशों को अपनी आत्मा में ही अनुभव करने लगे, तो उसके लिए परोक्ष क्या है ? उसके मन में स्थान-सम्बन्धी चिन्ता किस कारण हो ?

जब मनुष्य सब कालों में अपने को देखे, तो उसे अतीत, वर्तमान, भविष्य की चिन्ता क्या ? जब सभी मनुष्यों तथा पदार्थों को बारम्बार में अपना ही रूप जान लिया, तो आणका कैसी कि हाय फर्ना आदमी हमें क्या जाने क्या कहता होगा ? जब कारण कारण स्वयं बन गए, तो चित्त के विकारों का जहाज क्यों नहीं डूबेगा ? तब तो चित्त पारे छाये मूषक की भाँति चेष्टाओं से रहित हो जाएगा, तब तो सहज समाधि ही स्वयं होगी ।

राम ऐसी मनोदशा में क्या सोचे ? क्या समझे ? वहाँ त्रिकान (भूत, वर्तमान, भविष्य) का क्या काम है ? राम क्या सोचे और क्या समझे ? त्रिनोक में उसका घर है, फिर वह किस घर में मोह

करे ? जब वह नित्य तृप्त रहता है तो सुख का सागर स्वयं हो गयां  
फिर राम क्या सोच-विचार करे ? क्या समझे ?

इस माया-नाश में जो शान्तता तथा शक्ति प्राप्त होती है, इसे जानता वही है, जो इसका रस चख लेता है । राजा जनक ने इस अमृत का पान करने के उपरान्त अपनी अनुभूतियों का वर्णन इस प्रकार किया है—

नाहमात्मार्थमिच्छामि

गन्धान् घ्राणगतानपि ।

तस्मान्मे निर्जिता भूमिः

वशे तिष्ठति सर्वदा । १ ।

नाहमात्मार्थमिच्छामि

रसानास्येऽपि तठतः ।

आपो मे नर्जितास्तस्मात्

वशे तिष्ठन्ति नित्यदा । २ ।

नाहमात्मार्थमिच्छामि

रूपं ज्योतिश्च चक्षुषः ।

तस्मान्मे निर्जितं ज्योतिः

वशे तिष्ठति नित्यदा । ३ ।

नाहमात्मार्थमिच्छामि

स्पर्शान् त्वचि गताश्च ये ।

तस्मान्मे निर्जितो वायुः

वशे तिष्ठति नित्यदा । ४ ।

नाहमात्मार्थमिच्छामि

शब्दान् श्रोत्रगतानपि ।

तस्मान्मे निजिताः शब्दाः

वशे तिष्ठन्ति नित्यदा । ५ ।

नाहमात्मार्थमिच्छामि

मनो नित्यं मनोऽन्तरे ।

मनो मे निजितं तस्मात्

वशे तिष्ठति सर्वदा । ६ ।

—अपने मजे की खातिर गुल छोड़ ही दिये जब ।  
 रूए-जमीं के गुलशन मेरे ही बन गए सब ॥  
 जितने जवाँ के रस थे कुल तर्क कर दिए जब ।  
 वस जायके जहाँ के मेरे ही बन गए सब ॥  
 खुद के लिए जो मुझसे दीदों की दीद छूटी ।  
 खुद हुस्न के तमाशे मेरे ही बन गए सब ॥  
 अपने लिए जो छोड़ी ख्वाहिश हवा खुदी की ।  
 वादे-सवा के झोके मेरे ही बन गए सब ॥  
 निज की गरज से छोड़ा सुनने की आरजू को ।  
 अब राग और बाजे मेरे ही बन गए सब ॥  
 जब बेहतरी के अपनी फ़िक्रो-ख़याल छूटे ।  
 फ़िक्रो-ख़याले-रंगी मेरे ही बन गए सब ॥  
 आहा अजब तमाशा ! मेरा नहीं है कुछ भी ।  
 दावा नहीं जरा भी इस जिस्मो-इस्म पर ही ॥  
 ये दस्तो-पा है सबके, आँखें ये हैं तो सबकी ।  
 दुनिया के जिस्म लेकिन मेरे ही बन गए सब ॥  
 किं करोमि क्व गच्छामि किं गृह्णामि ज्यजामि किम् ।  
 आत्मना पूरितं विश्वं महाकल्पाम्बुना यथा । १ ।

स बाह्याभ्यन्तरे देहे ह्यध ऊर्ध्वं च दिक्षु च ।  
 इत आत्मा तथेहात्मा नास्त्यनात्ममयं जगत् । २ ।  
 न तदस्ति न यत्राहं न तदस्ति न यन्मयि ।  
 किमन्यदभिवाञ्छामि सर्वं संविन्मयं ततम् । ३ ।  
 स्फारब्रह्मामलाम्भोधिः फेनाः सर्वे कुलाचलाः ।  
 चिदादित्य-महातेजो मृगतृष्णा जगच्छ्रियः । ४ ।  
 —कहाँ जाऊँ ? किसे छोड़ूँ ? किसे ले लूँ ? करूँ क्या मैं ?  
 मैं इक तूफ़ों कयामत का हूँ ! पुर हैरत तमाशा मैं !  
 नहीं कुछ जो नहीं हूँ मैं, इधर मैं हूँ, उधर मैं हूँ ।  
 मैं चाहूँ क्या ? किसे ढूँँ ? सबों में ताना बाना मैं ।  
 मैं बातिन, मैं अयाँ, जेरो-जबर, चपरास्त पेशो-पस ।  
 जहाँ मैं, हर मकाँ मैं, हर जमाँ हूँगा, सदा था मैं ॥

### तृष्णाओं के निग्रह<sup>१</sup> का साधन : ब्रह्मचर्य

अरे पश्चिमी विद्याओ तथा कलाकौशल की गन्ध से चकित-  
 विस्मित होने वाले प्रिय भारतवासियो ! आपको राम कहाँ तक सम-  
 झाए ! तनिक आप ही होश मे आ जाइए । जरा गम्भीरता से विचार  
 तो कीजिए, तो आपको विदित होगा कि ये सब रेलें, तार, तोपें,  
 बन्दूकें, वाष्पइजन, कारखाने आदि जिनकी तारीफ से फूले नहीं  
 समाते हो, एक इंच बराबर भी पिछले लोगो की बजाय आजकल के  
 लोगो को आनन्द नहीं प्रदान कर रहे ।

राम के कथन का यह तात्पर्य नहीं है कि आप पिछले काल की  
 बहलियो तथा इक्को को फिर से प्रचलित करे और वाष्प तथा  
 विद्युत् के यन्त्रो को भारत मे पाँव न रखने दे । उसका मतलब यह

१. निग्रह = वश करना ।

है कि इन नये अतिथियों का उचित मूल्यांकन कीजिए, उन्हें यथोचित सम्मान दीजिए, किन्तु ऐसी बात नहीं होनी चाहिए कि घोड़ा खरीदता था सवारी करने के लिए उल्टे वह सवार को ही कुचलकर भाग चला। विल्ली के बदले अपनी पावन माता (ब्रह्मविद्या) को मत बेच दीजिए। एक अनावश्यक मनवहलात्र की क्रीड़ा में अपनी आत्मा तथा प्राणों की वाजी मत हार बैठिए। सुख की तलाश करते हुए सुख की धज्जियाँ न उड़ाइए। वर्षा-ऋतु में पपीहा वृष्टि-जल की बूंदों के लिए अधीर हो ऊपर को उड़ान भरता है ; परन्तु वरसते जल में वह प्यासा रहता है। उसे जल की खोज ही जल से दूर रखती है। इस प्रकार अपनी दशा मत होने दीजिए। रीछ की तरह दोस्त के मुख पर से मक्खी उड़ाते हुए मित्र को थप्पड़ मार कर उसका प्राणहरण मत कीजिए।

पाश्चात्य कलाएँ तथा आविष्कार अंश (विषय भोग की सामग्री) बढ़ाने की चिन्ता में है। तथा उस उपाय द्वारा वे आनन्द की राशि को अधिक करना चाहते हैं।

$$\text{आनन्द} = \frac{\text{विषय-भोग की सामग्री}}{\text{तृष्णाओं का समुदाय}}$$

भारतीयों ! आप पश्चिम की नकल तो करने लगे हो; परन्तु देखना अंश (विषय-भोग की सामग्री) को बढ़ाते समय हर तृष्णाओं का समुदाय उसी निष्पत्ति (संख्या) से नहीं, अपितु उगसे भी अधिक संख्या में बढ़ता जाता है। जैसे नशई व्यक्ति आनन्द के लिए अफीम या शराब का सेवन करता है और इसकी मात्रा को नित्यप्रति परिवर्धित करता जाता है, उधर नशे की तृष्णा भी बेशी ही अधिक होती जाती है, जो आनन्द में बहुत कम मात्रा में मिल जाता था, वह आनन्द अब अधिक मात्रा में भी नहीं मिलता। आयु वृथा ही नष्ट होती जाती है। अफीम या शरीर के अधीन अकारण ही बनना

पडता है । यो भी देखिए कि आप अश को कहां तक बढा लेंगे ? भोग के सामान कहां तक एकत्र करेंगे ? बाह्य सामान अपरिमित कदापि नहीं हो सकते, सदा भिन्न (fraction) कमी में ही रहेगी । इसी आनन्द की राशि को बढाने के लिए हिन्दुओं की रीति यह है कि तृष्णा को जो हर के स्थान पर है, घटाना आरम्भ कर दीजिए तृष्णा जैसे-जैसे सिमटती चली जाएगी, आनन्द का परिणाम वैसे-वैसे परिवर्धित होता चला जाएगा । जिस समय तृष्णा सर्वथा शून्य हो जाएगी, तो अंश भले ही कुछ हो, चाहे न हो, समस्त राशि अनन्त हो जायगी । तथा यह तृष्णा (हर) केवल ज्ञान के द्वारा की मिट सकती किसी अन्य उपाय द्वारा कदापि नहीं ।

एक व्यक्ति ने लैला-मजनूँ की कहानी पढी । पढते ही मजनूँ बनने की इच्छा उमड़ आई । उसने लैला का एक चित्र बनाया तथा उसे हृदय से लगाकर फिरने लगा । अब मजनूँ वाला प्रेम तो उसके मन में था नहीं । परन्तु मजनूँ के अभिनय का बीड़ा उठा लिया । धिक्कार है इस प्रकार के मजनूँ बनने पर, न इधर के रहे न उधर के रहे ।

अरे आज के भारतीय ! यदि तुम्हें अगरेजों का अनुकरण करना ही मजूर है तो उनका प्रेम, साहस, दृढ़ता, एकता लेलो, उनकी सनक लेलो, किन्तु उनकी प्रेमपात्र लैला (ससार के नश्वर भोग-विलासों) को मत ग्रहण करो । यदि मजनूँ और प्रेमी ही बनना हो तो अपने घर की तेजोमयी ब्रह्मविद्या के बनो । अपने पहलू से चन्द्रमुखी<sup>१</sup> प्रिया को उठाकर संसाररूपी बुढिया के चित्र पर दीवाने तथा आसक्त होना तुम्हें कलंकित कर देगा । हाँ, इस ससाररूपी वृद्धा को अपनी चन्द्रमुखी ? कान्ता—ब्रह्मविद्या की एक तुच्छ दासी बना लेने में कुछ हानि नहीं है ।

भारतीय इतिहास गवाही देता है कि शक्ति से परिपूर्ण कर देने

१ चन्द्रमुखी=चन्द्रमा के समान सुन्दर मुखड़े वाली ।

वाली ब्रह्मविद्या का भारतीयों ने जब कभी अनादर किया, तभी उन्होंने नीचा देखा। अपने स्वरूप के महत्त्व को विस्मृत करके हिन्दू लोग जब कभी इन्द्रिय तुष्टि के फेर में पड़े, वे तभी मरे।

अभी समय है, सँभल जाइए। शरीर के कीचड़ से निकल कर बाहर आइए। अपने शुद्ध स्वरूप में निवास कीजिए। शिवोऽहम्, शिवोऽहम्, शिवोऽहम् की व्वनि ऊँची होने दीजिए। तथा आनन्द के कैलास पर पवित्र ॐ की व्वज लहराइए।

“यदि गृह कलह, दुर्भिक्ष, महामारी आदि अस्वीकार है, तो पवित्रता, ब्रह्मचर्य, हृदय-शुद्धि, निर्मल आचार-व्यवहार को अमल में लाइए। देश में प्रेम तथा जातीयता कदापि स्थायी नहीं रह सकते। जब तक कि जनसंख्या की वृद्धि तथा जमीन की पैदावार परस्पर एक-दूसरे के अनुरूप न रहे।

इवोल्यूशन<sup>१</sup> के नियम जो डारविन तथा उसके अनुयायी वैज्ञानिकों ने बतलाए हैं, यदि वे पशु आदि के लिए सच हों, तो भी वे सम्पूर्ण संस्कृति में श्रेष्ठ प्राणी। तुझे वे कदापि शोभा नहीं देते कि तू जंगली जानवरों की अधीनता में घुटने टेक कर बैठे और पाठ पढ़े तथा उन से यह उपदेश ग्रहण करे कि स्वार्थपरता से उत्तेजित होकर दुर्बलों का रक्तपान करना प्राकृतिक नियमों का अनुकरण है। तीसमारगों बनकर वासनाओं की लाश का आहार करा क्या भलाई है? और...

प्रियवर ! तुम चुन लिये गये हो। तुम्हारे लिए लंगूर तथा चीते का युग व्यतीत हो चुका है। इन्सान को खाने वाले नागूनों, दाँतों, सींगों का राज्य भी बीत चुका है। अब फाड़ खाने का या दम हिलाने का समय नहीं रहा। तुम अब रुढ़िवादी की भाँति नूर्य, चन्द्र तथा नक्षत्रों की इस छोटी से देह के इर्दगिर्द मन घूमाओ। स्वार्थपरता की

१. इवोल्यूशन = बिनागयाद।

त्याग दो और इस शरीर-रूपी धरती को परमार्थ रूपी सूर्य पर निछा-  
वर कर दो ।

ऐ अद्वैत सागर की तरंग ! प्रिय नर रूपी नारायण ! <sup>नित्य</sup> प्रसन्न मनुष्यों के कहकहे में, कोयल की कूक में, वीर की युद्ध घोषणा में, अत्याचार-पीड़ित के हृदय-विदारक आर्तनाद में, कलियों की चटक में, नाज़नियों की मटक में, तेरी ही खटक है ।

उस देश के निवासी, जहाँ की कन्याएँ सावित्री आदि अपनी पवित्रता की शक्ति से यमराज के चंगुल से पुरुष को छुड़ा लाती थीं, और जहाँ के लड़के नचिकेता जैसे साक्षात् मृत्यु के मुँह से अमृत निकाल लाते थे, उस देश के निवासी प्रिय भारतीयो ! तनिक गौर करके बताओ कि तुम अपने को अमर पाते हो या मर जाने वाले ? तुम्हारे भीतर आनन्द ही आनन्द हर समय प्रकाश डालता है या शोक तथा क्रोध का अन्धकार ही छाया रहता है ? तुम्हारे भीतर अनन्त शक्ति दिखाई पड़ती है या सड़ती हुई दुर्बलता की दुर्गन्धि ? यदि तू नाशवान्, दुखिया या दुर्बल है तो यह पाप का फल है कि तू ब्रह्महत्या कर रहा है । बुद्धि रूपी गौ की सासारिक इच्छाओं (कसाइयों) के हाथ बेच रहा है ! क्षणिक इच्छाओं की गुलामी को ड्यूटी मान कर खून-मांस के कैदखाने में तू टोकरी ढो रहा है !

जो व्यक्ति अपने आपको एक बार जान लेता है, उसके लिए विश्व में इस प्रकार की चीज़ रह जाती है, जिसकी वह चाह करे । राजा-महाराजाओं के भण्डार और कोष की तो बात ही क्या, समस्त ससार का कोई भी पदार्थ उसका ध्यान अपनी ओर नहीं आकर्षित कर सकता । विश्व का कोई भी सौन्दर्य या लावण्य उसे अपनी ओर नहीं खींच सकता । विज्ञान के सारे खजानों में भी उसके लिए कोई इस प्रकार की चीज़ नहीं, जो उसे ललचा सके ।

अरे ऐसा सुख ! ऐसी चरम प्रसन्नता, ऐसा पूर्ण आह्लाद कितना



वर्णन से बाहर है ! भाषा उसका वयान नहीं कर सकती । अरे अनन्त आनन्द, वह चरम कोटि का आह्लाद, यह वह सीमातीत सुख है, जिसकी तुलना में अन्य सुख नहीं ।

वह तुम ही तो हो । वही तुम्हारा वास्तविक स्वरूप है । इस प्रकार का ज्ञान प्राप्त होते ही, तुम सभी आवश्यकताओं से ऊपर उठ जाते हो । इसे प्राप्त करते ही तुम सम्पूर्ण ब्रह्माण्ड के स्वामी बन जाते हो ।

संसार के बखेड़ों, लालसाओं, मृग-तृष्णाओं तथा माया-मोह के पीछे, जिस अनन्त आनन्द-सुख को त्याग कर ओह ! संसारी लोग कितनी भूल करते हैं ।

सम्पूर्ण आनन्द तुम्हारा है । तुम वही हो । उसकी खोज क्यों नहीं करते ? अपने जन्मजात दायभाग पर अधिकार क्यों नहीं करते ? ईसो की तरह लोग अपनी जन्मजात दौलत (परमानन्द) को पेट के लिए बेच देते हैं । जूडास इसके रियट ने चाँदी के तीन टुकड़ों के लिए ईसामसीह को बेच दिया था । अपने ही आत्मस्वरूप ईसा को—स्वामियों के स्वामी को—इस संसार के माया-मोह और सुखों के लिए मत बेचो । तनिक बुद्धिमत्ता से काम लो ।

वास्तविक सुख तुम्हारे अपने अन्तःकरण में है । स्वर्ग के अमृत का महासागर तुम्हारे अपने अन्दर है । उसकी खोज करो, उसकी जानकारी प्राप्त करो ।

तुम्हारा वास्तविक स्वरूप न शरीर है, न मन, न बुद्धि । वह न इच्छा है, न इच्छुक, न इच्छा का विषय ही । तुम उन सभी से ऊपर हो, नित्य हो ।

तुम हंसते हुए पुष्प के रूप में, चमकते हुए तारों के रूप में, प्रकट होते हो । संसार में है ही क्या जो तुम्हें लालायित कर सके ?

तनिक ॐ का जाप कीजिए, ॐ उच्चारण कीजिए । अपनी

समस्त शक्तियाँ उसी स्वर में भर दीजिए । अपना सम्पूर्ण अन्त करण उसी में लगा दीजिए । उसकी अनुभूति प्राप्त करने में अपना सम्पूर्ण बल लगा दीजिए ।

यदि कर सके तो आप ॐ का जाप करते हुए अपनी दुर्बलताओं तथा प्रलोभनों को दूर करते जाइए । उन्हें अपने पैरों तले कुचलते हुए—हृदय से निकाल फेंकिए । उनसे ऊँचे उठिए । उन पर विजय प्राप्त कीजिए ।

पुराणों में एक कथा आई है । उसमें श्रीकृष्ण के यमुना में (कालीदह में) कूदने का वृत्तान्त है । श्रीकृष्ण को कालीदह में कूदते देखकर माता-पिता, इष्टमित्र, सम्बन्धी-कुटुम्बी चकित-स्तब्ध रह गये । वे किंकर्तव्यविमूढ हो गये । उन्होंने समझा कि कृष्ण अब गया । अब वह कभी बाहर नहीं निकलेगा । कथा में बताया गया है कि श्रीकृष्ण नदी की उस तह पर जा पहुँचे, जहाँ सहस्र फणों वाला कालिय नाग रहता था ।

श्रीकृष्ण बाँसुरी बजाने लगे । वे बाँसुरी पर ॐ मन्त्र का गान करने लगे । वे नाग के फणों को पैरों से ठुकराने लगे । एक-एक करके वे नाग के सिरो को कुचलने लगे । परन्तु ज्योंही उन्होंने नाग-फणों को एक-एक करके चूर्ण-विचूर्ण किया, त्योंही दूसरे फण निकल आये । इस प्रकार उन्हें अत्यन्त कठिनाई हुई । परन्तु श्रीकृष्ण निरन्तर नाग के फणों पर नाचते-कूदते रहे । वे अपनी मुरली से मन्त्रों का गान करते रहे । वे निरन्तर ॐ मन्त्र का जाप करते हुए नाग के सिरो को रौंद रहे थे । यमुना नदी का पानी लहू से भर गया । नाग की सब नागिनियाँ कृष्ण की पूजा करने आईं । वे श्रीकृष्ण की मुग्धकारी मूर्ति का अमृतपान करने को उत्सुक थीं । श्रीकृष्ण यमुना से बाहर आये । उनके सम्बन्धी तथा इष्टमित्र चकित होकर उन्हें देखने लगे, मानो उनके प्राण ही लौट आये हों । अपने प्राणप्रिय श्रीकृष्ण को प्राप्त

करके, अपने प्राणप्रिय को पुनः अपने बीच में देखकर उन्हें इतनी प्रसन्नता हुई कि इसका वर्णन नहीं हो सकता। इस कथा की दो प्रकार की व्याख्या है। मानो यह उनके हेतु शिक्षादायक उपदेश है, जो व्यक्ति अपनी आत्मा की सत्यता का ज्ञान उपलब्ध करना चाहते हैं। इस कथा में यमुना नदी मन की प्रतीक है। अब जो कोई श्रीकृष्ण बनने की इच्छा रखता है, जो कोई अमृत प्राप्त करना चाहता है, उसे अपने-आप में गम्भीर गीता लगाना होगा। उसे अपनी मन की यमुना में गहरा उतरना होगा। उसे विषय रूपी विषधर नाग का—राग-द्वेष के सर्प का सामना करना पड़ेगा। उसे विषय-वासना के साँप को नष्ट करना होगा। अब यह है कि साधक को सबसे पूर्व अपने मन की नदी को विपरहित करना चाहिए। अपने मन को निर्मल बना लेना चाहिए।

मन को निर्मल करने का ढंग क्या है? वह ढंग यही है कि जिसका श्रीकृष्ण ने अनुसरण किया था। उसे अपनी वाँसुरी के द्वारा ॐ मंत्र का गान करना होगा। उसे वाँसुरी के द्वारा उस दिव्य, कल्याणकारी गीत को गाना होगा।

यह वाँसुरी क्या वस्तु है? सामान्यतः यह सिर्फ एक साधारण वस्तु है। वाँसुरी को ओर ध्यान से देखिए। भारतीय कवियों ने उसे बहुत महत्व दिया है। इस प्रकार का कान-सा महान् कार्य वाँसुरी ने किया है कि उसे विचारक इतना ऊँचा पद देते हैं? किस महान् कार्य के बल पर उसे इतना गौरव मिला है?

श्रीकृष्ण पूजनीय थे। महाशक्तिवान् सम्राटों के प्रेमपात्र थे। सविशाल भारत में हजारों नुन्दरियाँ उनकी उपासना करती थीं। श्री कृष्ण परम मित्र थे, शक्तिवान् थे, प्रेममूर्ति थे, बड़े-बड़े महाराजा तथा सम्राट् उनकी दयादृष्टि की याचना किया करते थे। वही श्रीकृष्ण इस वाँसुरी को क्यों चूमते थे? ऐसे गौरव-पूर्ण स्थान पर इस वाँसुरी

को किसने पहुँचाया ? बाँसुरी का उत्तर था—मुझमें एक गुण है कि मैंने अपने को अन्य पदार्थों से रिक्त कर डाला है । बाँसुरी सिर से पैर तक खाली-पोली है । उसने कहा—मैंने अपने को अनात्म से रिक्त कर लिया है ।

इस प्रकार कथा में बताया गया है कि बाँसुरी को अधरो से लगाने का अर्थ है—मन को निर्मल करना—विषय-वासनाओं से खाली करना—मन को ईश्वर में लीन करना, प्रत्येक पदार्थ को ईश्वर के चरण-कमल में भेट करना । शरीर पर कोई दावा न रखो । सारा स्वार्थ भाव छोड़ दो । इनसे ऊँचे उठो ।

ईश्वर की पूजा करना, उसका उस प्रकार पूजन करना जैसे कोई संसारी अपनी प्रियतमा से प्रेम करता है, अच्छी आत्मा की अनुभूति के लिए उसी प्रकार भूख-प्यास सहना, परमात्मा से मिलने के लिए व्याकुल होना, सत्य के दर्शन के लिए उत्कट इच्छा करना, अपने परम स्वरूप का आनन्द प्राप्त करने के लिए उत्कण्ठित होना—चित्त की इस दशा में, इस शान्ति में, ऐसे शुद्ध अन्तरतम से ॐ मन्त्र का उच्चारण कीजिए ।

बस यही है बाँसुरी में सगीत की लय भरना । अपने सादे जीवन को बाँसुरी बना लो । अपनी सम्पूर्ण देह को बाँसुरी बना डालो । उसे काम-वासना, स्वार्थ-भावना से रिक्त कर दो । उसे परमेश्वर के रूप से परिपूरित कर दो ।

शुद्ध आचरण का निर्माण कीजिए । अपने चाल-चलन को शुद्ध कीजिए । निश्चय को दृढ़ कीजिए । प्रबल प्रतिज्ञा कीजिए । अटूट सकल्प कीजिए । जब यमुना से बाहर आओ, तब विष-पूर्ण जल तुम्हें विष-युक्त न करने पाये । इसलिए कि जो कोई उस पानी को पिये—उसे विष न चढ़े ।

उस जल को पूर्णतया निर्मल करके मन रूपी नदी से बाहर

आइए। भले ही लोगो का तुमसे मतभेद हो, भले ही वे तुम्हे हर प्रकार के संकटों में डालें, वे भले ही तुम्हे बदनाम करें, किन्तु उनकी प्रसन्नता-अप्रसन्नता—उनकी धमकियों और मधुर वचनों के होते हुए भी तुम्हारे मन की नदी से दिव्य, निर्मल, ताजे जल के सिवाय और कुछ नहीं निकलना चाहिए।

तुम्हारे अन्दर से सदा ही अमृत का स्रोत प्रवाहित होता रहे, ताकि तुम्हारे लिए स्वार्थ-बुद्धि असम्भव हो जाए। हृदय को निर्मल करो। ॐ अक्षर का गान करो। निर्वलता के सभी स्थानों को चुन-चुनकर जड़ से उखाड़ फेंको। सुन्दर चरित्र का निर्माण करके—कुन्दन बन जाओ। विनयी बन जाओ। मन की वासनाएँ मिट जाने पर, श्रेष्ठ वस्तुओं का लाभ तुम उसी प्रकार, आपसे आप पाओगे, जैसे नाग की नागिनियों ने नदी तल में श्रीकृष्ण की पूजा की थी।

नाग के दमन पर नागिनियाँ तुम्हारी सेवा करेगी।

अपने अभ्यास के लिए एक मानचित्र बनाइए। उसमें सामान्य पापों और त्रुटियों की सूची बनाइए। इस मानचित्र के चित्रित हो जाने पर आप सप्ताह के किसी दिन से काम शुरू करें। यदि किसी दिन आपको लोभ से, काम-वासना से या शोक से वेदना हुई हो, तो आप सीधे लोभ, वासना या शोक शीर्षक के खाने में उस दिनांक के सम्मुख क्रॉस चिह्न × लगाओ। उसी तरह अपनी अन्य त्रुटियों को क्रॉस × चिह्न लगाएँ। इसी रोजनामचे से आप अपनी त्रुटियों को अपने सम्मुख ला सकते हैं। तभी आप अपनी त्रुटियों और कमजोरियों को सामने रख कर उन्हें हरा सकते हैं।

ये चिह्न केवल मानचित्र में ही नहीं बने रहने चाहिए। आज यदि तुम से कोई भूल हो जाती है, तो तुम अपने प्रति सच्चे बनकर आज ही मानचित्र पर क्रॉस का चिह्न बना दो। सर्वथा अकेले एकान्त में बैठकर अपने सम्मुख नक्शा खोल लो। उसमें तुम्हे दिखाई देगा

कि तुम लोभ, वासना या शोक से अथवा किसी अन्य दुर्बलता से ग्रस्त हो—बस, उस दोष को जड़ से उखाड़ फेंकने का प्रयत्न करो ।

भारत देश में तुमने जन्म लिया है—दूसरों के अनेक उपदेश सुने हैं—अपने समय के भले ही वे सबसे महान् उपदेशक हो, चाहे स्वयं ईसा या परमात्मा भी आकर उपदेश दे; परन्तु औरों के उपदेशों से तब तक कोई लाभ नहीं हो सकता, जब तक तुम अपने आपको सुधारने का प्रण नहीं ठान लेते । जो खुद अपने को उपदेश देता है, वही लोभ, वासना और शोक से छुटकारा प्राप्त करत । है ।

अब इस भावना की परीक्षा कीजिए—उसके लक्षणों को पहचानो—लोभ—वासना—शोक के वशीभूत तुम कैसे हो गये थे ? कारण निर्धारित करो । उसके बाद ठीक दवा करो । उसी समय किसी ज्ञानोपदेश से भरी पुस्तक का पाठ करो, जैसे श्रीमद्भगवद् गीता, उपनिषद्, इजील, इमर्सन की रचनाएँ । ये तुम्हें ऊपर उठाएँगी । इनकी सहायता से तथा अपने उपदेश पर विचार और मनन से—उस बुरी भावना को मन से निकाल बाहर फेंको । यदि उस समय तुम्हें इसका पूर्ण निश्चय हो जाए कि तुमने विजय प्राप्त कर ली है तो तुम पुनः कभी परास्त नहीं होओगे, भले ही तुम पर सकटों का पर्वत ही क्यों न टूट पड़े ।

जब तुम्हें इस प्रकार का विश्वास हो जाए कि तुमने उस कमजोरी को कुचल डाला है, जब तुम्हें अपनी विजय का पूरा निश्चय हो जाए, तब उस क्रान्त चिह्न को मिटा दो । बस, तुम मुक्त हो । फिर अतीत की दुर्बलताओं के लिए अपने को धिक्कारना व्यर्थ है । भूतकाल समाप्त है—मृत है ।

इसी तरह एक के बाद एक—अपनी कमजोरियों को निकाल बाहर करते रहो । प्रत्येक दोष के लक्षण तथा पूर्व लक्षण स्थिर करके अपने

आपको उपदेश दो । लक्षण तथा पूर्व लक्षण ठीक करने से पूर्व तुम में से प्रत्येक को—अपने आपको उपदेश देना होगा ।

प्रत्येक मनुष्य को अपना काम—अपना उत्थान आप ही करना होता है । ध्यान करते समय ॐ का उच्चारण करो । जिस समय ओठ ॐ शब्द का उच्चारण कर रहे हो, जब वाणी पावन मंत्र का जाप कर रही हो, जब तुम अपनी प्रतिज्ञाओं के पालन के लिए अटूट संकल्प कर लेते हो, तब अनन्त कल्याणकारी दिव्य आशीर्वाद तुम्हें स्वयं प्राप्त होता है ।

तब तुम अन्दर से शक्ति का अनुभव करोगे । तुम्हारे इन्हीं मनो-रोगों को कथा में सहस्रो फणों वाले नाग से उपमा दी गई है ।

वस्तुतः सारी त्रुटियों का एक सामान्य कारण है । हमारे सभी दोषों का एक समान आधार है—अज्ञान ।

सब तरह का अज्ञान, विशेषतः शुद्ध आत्मस्वरूप का अज्ञान ही सभी त्रुटियों का मूल कारण है । लोग अपने को शरीर से अभिन्न मानते हैं । उसके आसपास सभी प्रकार के पदार्थ एकत्र करते हैं । बाह्य सुखों की लालसा से लालायित होते हैं । वे शरीर से अभिन्न हो गये हैं । इसीलिए शोक से व्याकुल या दुःखी होते हैं । और होने योग्य भी है । शरीर से ऊपर उठो । यह जानो—अनुभव करो कि तुम अनन्त परमेश्वर हो । फिर संसार के लोभ, वासना या द्वेष से तुम किस प्रकार प्रभावित हो सकते हो ?

प्रकृति के सामान्य नियमों का अज्ञान, सत्य आत्मा के स्वरूप के अज्ञान का एक भाग है । यह अज्ञान ही लोगों को दुर्बल बनाता है । उसी के अनुसार प्रकृति का एक अटल तथा परम पावन नियम है जो किसी तरह भी टाला नहीं जा सकता । वह नियम इस प्रकार है—कोई भी पाप मत करो, कोई भी शरारत मत करो, अपने मन में किसी भी तरह का अन्याय न आने दो । ये बुरे काम, ये घोर पाप

भले ही तुम इस प्रकार के स्थान पर क्यों न करो, जहाँ तुम्हें निश्चय हो कि तुम्हे कोई भी नहीं देख रहा, कोई भी तुम से जवाब नहीं माँगेगा—परन्तु प्रकृति के अति कठोर, निर्दय, अमोघ तथा अनिवार्य कानून के अनुसार तुम्हें ब्याज-सहित अपने कर्मों का मूल्य चुकाना पड़ेगा। बुरे कर्मों का परिणाम कभी भी शुभ नहीं हो सकता। बुरे कर्मों के फलस्वरूप तुम्हे पीड़ा तथा दुःख अवश्य भोगना पड़ेगा।

लोग इस सच्चाई को सामाजिक सदाचार सम्बन्धी कानून मानते हैं, और कहते हैं कि इसमें गणित-शास्त्र के नियमों जैसी शक्ति नहीं होती। वे कहा करते हैं कि इसमें गणित शास्त्र के नियमों जैसी निश्चयात्मकता नहीं है। ऐसा समझने वाले वास्तव में भ्रान्त हैं। अत्यन्त सुनसान गुफा में भी कोई पाप करो, तुरन्त तुम्हे यह देखकर आश्चर्य होगा कि तुम्हारे पैरों के नीचे की घास तक तुम्हारे विरुद्ध साक्षी दे रही है। समय-समय पर तुम देखोगे कि दीवारों तथा पेड़ों को भी जुबान लग गई है और वे बोलने लगे हैं।

तुम परमात्मा तथा प्रकृति से छल नहीं कर सकते। यह एक अटल, अटूट नियम है।

हम सिर्फ मन के भीतर पाप की बात सोचते हैं तथा बाह्य संसार में हम अपने आपको अनर्थकारी, पीड़ादायक परिस्थितियों से घिरा हुआ पाते हैं। भौति-भौति की कठिनाइयाँ हमारे सम्मुख आ खड़ी होती हैं। इस प्रकार की स्थिति में जिन्हें अपनी विपत्तियों के वास्तविक कारण का ज्ञान नहीं होता, वे उस परिस्थिति को दोष देते हैं। वे आस-पास की वास्तविक स्थिति से युद्ध करने लगते हैं। वे सम्बन्धियों से, इष्टमित्रों से मुकदमेबाजी करने लगते हैं। परन्तु यह एक दिव्य कानून है कि जिसकी वनो मे, जगत् मे, ससार के कौने-कौने में घोषणा करने की आवश्यकता है कि ईश्वर की आँखों में धूल झोकने का प्रयत्न करता हुआ मनुष्य स्वयं अन्धा हो जाता है—अज्ञानान्ध।



प्राकृतिक नियम अथवा दैवी विधान का यह आदेश है कि आप सदैव प्रवित्र रहें। यदि आप मन में अपवित्रता को स्थान देंगे, तो उसका बुरा परिणाम आपको सहना पड़ेगा।

इन आध्यात्मिक नियमों पर हमें एक-एक करके विचार करना पड़ेगा। तब ये गणित-शास्त्रीय निश्चयात्मकता के साथ सिद्ध होंगे।

एक बार जब कोई व्यक्ति इन आध्यात्मिक नियमों का ज्ञान प्राप्त कर लेता है, तो उसके लिए वासनाएँ, स्वार्थ भरी इच्छाएँ अग्राह्य हो जाती हैं। अपनी इच्छाओं को वश में कर लेने के बाद मन को आप चाहे जितनी देर तक चाहे उतनी देर तक एकाग्र कर सकते हैं।

### उपवास का महत्त्व

अपने मन पर विजय प्राप्त करने के लिए उपवास करना सहायक है। राम का कथन यह नहीं कि भूखे मरो। उसका तात्पर्य इतना ही है कि 'अति सर्वत्र वर्जयेत्'—अति किसी बात की भी नहीं होनी चाहिए। भोजन के दास या गुलाम मत बनो। इसी प्रकार उपवास के भी दास मत बनो।

### पहलवान का उदाहरण

एक पहलवान था। उसे अपने शरीर से बड़ा मोह था। गोदना गुदवाने के लिए उसने एक नाई को बुलाया। उसने नाई से कहा—दोनों बांहों पर एक बड़ा तेजस्वी सिंह चित्रित कर दो। मेरा जन्म सिंह राशि में हुआ है, लग्न बहुत उत्तम था तथा मैं बड़ा शूरवीर हूँ। लोग मुझे ऐसा समझते भी हैं। नाई ने मुई लेकर सिंह का चित्र गोदना आरम्भ कर दिया। परन्तु तनिक-सी मुई चुभोते ही पहलवान को पीडा हुई। वह साँस खींचकर नाई से कहने लगा—“ठहरो ठहरो, यह क्या कर रहे हो ?” नाई ने उत्तर दिया—“मैं शेर की

पूँछ चित्रित कर रहा हूँ ।” वस्तुतः यह व्यक्ति सुई चुभने की पीड़ा न सह सका तथा भद्दा-सा बहाना बनाकर कहने लगा—“तुम यह नहीं जानते कि शौकीन लोग अपने कुत्ते तथा घोड़ों की दुम कटवा डालते हैं । इसी प्रकार दुम कटा सिंह ही सबसे बली माना जाता है । तुम सिंह की पूँछ क्यों बनाते हो ? उसकी कोई आवश्यकता नहीं है ।”

नाई ने कहा—“विचित्र बात है ! अच्छा मैं सिंह की पूँछ नहीं चित्रित करता, परन्तु मुझे उसके शेष अंग तो चित्रित करने दो ।”

नाई ने फिर सुई उठाई और पहलवान के शरीर में झोकी । पीड़ा से त्रस्त होकर पहलवान इस बार भी कहने लगा—“अब क्या करने लगे हो ?” नाई ने उत्तर दिया—“अब मैं सिंह के कान चित्रित करने लगा हूँ ।” पहलवान बोला—“अरे नाई तू बहुत मूर्ख है । क्या तू नहीं जानता कि लोग अपने कुत्ते के कान कटवा डालते हैं । लम्बे कानों वाले कुत्ते घरों में नहीं रखे जाते । क्या तू यह नहीं जानता कि बिना कानों का सिंह ही सबसे श्रेष्ठ होता है ।”

नाई ने हाथ रोक लिया । कुछ देर बाद नाई ने फिर सुई उठाई और पुनः गोदने लगा । पहलवान सुई से होने वाली पीड़ा फिर न सह सका और कहने लगा—“नाई ! अब तू क्या करने लगा है ?”

नाई ने उत्तर दिया—“अब मैं सिंह की कमर चित्रित करने लगा हूँ ।” पहलवान बोला—“तूने भारत के काव्य नहीं पढ़े । भारतीय कवियों ने लिखा है कि सिंह की कमर सदा बहुत छोटी, दुबली-पतली तथा नाममात्र की चित्रित की जाती है । सिंह की कमर चित्रित करने की कोई आवश्यकता नहीं ।”

अब तो नाई ने रंगत बदली । उसने सुई दूर फेंक कर कहा—“फिर तो आप सिंह गुदवा चुके ।”

यह एक मानव है जो अपना जन्म सिंह राशि में हुआ बताता है । वह बड़ा पहलवान है । बहुत बड़ा व्यायाम करने वाला है । वह

अपने वस्त्रों पर सिंह गुदवाना चाहता है । परन्तु सुई की चुभन उससे सही नहीं जाती ।

—अधिकांश मनुष्य इसी प्रकार के होते हैं । जो कष्ट-सहन से इस प्रकार भयभीत होते हैं, वे संसार के साधारण जीवन में भी विजयी नहीं हो सकते । ईश्वर का—अनन्त सत्य का ज्ञान प्राप्त करना तो बहुत दूर की बात है ।

यदि ईश्वर का अनुभव करना चाहते हो, तो तुम्हें अपनी प्यारी से प्यारी इच्छा को कुर्बान करना होगा, अपनी प्यारी से प्यारी वासना को काटना होगा, अपनी आसक्ति को मिटा डालना होगा ।

जब तक सदाचार रूपी सिंह को अपने हृदय में नहीं गुदवा लेते, जब तक इस चित्र को अंकित करने का कष्ट आप नहीं सहन कर लेते, तब तक आपका जीवन शुभ, निर्मल, उदात्त तथा अनुकरणीय नहीं बन सकता ।

---

